ஸ்ரீ தந்வந்தரயே நம:

வைத்ய சந்த்ரிகை.

தொகுதி 16	ஜய, ஐப்பசி	பகுதி 10
Vol. 16	October 1954.	No. 10

பக்கம்

சோதனை காலமா? ... 2
ஆஸவ கல்பம்— அபயாரிஷ்டம் ... 5
பாலசிகித்ஸா— ஆரோக்கிய கல்பத்ருமம் ... 9
ஆராய்ச்சி முடிவுகள் :— அரிசிக் கஞ்சி.
குங்குமப்பூவும் ஜாதிக்காயும் ... 12
ஔஷத கல்பம் :— ஸ்வர்ண வங்கம் ... 14
ரக்தக்கொதிப்பும் நவநாகரிகமும் ... 18
வைத்யச் செய்திகள் ... 21
பி. ஸி. ஜி.! ...? 27
ஆரோக்யாம்ருதம்— 4: ஆரோக்கியப்
பாதுகாப்பில் மனதின் முக்யத்துவம் (தனி) 1—4

தமிழ்நாடு ஆயுர்வேத மஹாமண்டலம்

மண்டல சம்பந்தமான எல்லாவித காரியங்களுக்கும் தலைவருக்கு எழுதித் தெரிந்து கொள்ளலாம்.

தலைவர் T. V. ராதாகிருஷ்ண சாஸ்த்ரீ M. A., L. I. M.
23. சிங்காரிநாயக்கன் தெரு, மந்தைவெளி, மைலாப்பூர், மதராஸ்—4.

சந்தா அனுப்பவும், மற்ற நிர்வாஹ விஷயங்களுக்கும் விலாஸம்:
பொதுக் கார்யதர்சீ, தமிழ்நாடு ஆயுர்வேத மஹாமண்டலம்:
27, சின்னக்கடைத்தெரு, தெப்பக்குளம் போஸ்டு,
திருச்சிராப்பள்ளி.

பண்டிட் ஸ்ரீ. S. M. ஸுந்தரராஜாசார்யர்,
ஆசிரியர்—"வைத்ய சந்த்ரிகா" ஸ்ரீரங்கம்.

என்ற விலாஸத்திற்கு பத்திரிகையில் பிரசுரம் செய்யவேண்டிய ஸகல விஷயங்களையும் பற்றி எழுத வேண்டும்.

आयुरागमरहस्यबोधिनी दीर्घजीवितविशेषदायिनी ।
द्राविडीयपृथुमण्डलादियं शश्वदुद्भवति वैद्यचन्द्रिका ॥

சோதனை காலமா?

இந்திய வைத்ய இலாகாவைப் பற்றிய நமது மஹாமண்டலத்தின் கருத்துக்கள் தீர்மான உருவில், பிறிதொரு இடத்தில் பிரசுரமாகியிருக்கிறது. ஆயுர்வேத வைத்யர்களுக்கு இது ஒரு சோதனைகாலம் போலும்!

ஆயுர்வேத வைத்யமே தனக்குத் தெரியாதென வெளியில் பகட்டாக கூறி வருகிற ஒரு ஆலோபாதிக் டாக்டர் இந்திய வைத்யக் கல்லூரிக்குத் தலைவர்; ஆயுர்வேதத்தை ஜனங்கள்—கிராமமக்கள் விரும்பவில்லை என்று ஒவ்வொருவரிடமும் நேரில் சென்று வாக்குரிமைகளைப் பெற்று முடிவு செய்த மாதிரி பெரிய பிரசாரம் செய்யும் இந்திய வைத்ய இலாகா டைரக்டர் கார்யாலயம்; "பழைய சாஸ்த்ரங்களை எக்காலத்திலும் தெய்வவாக்கென மதிப்பதால்தான் நாட்டு வைத்யமுறை முன்னேற்றமில்லாது முடங்கிக் கிடக்கிறது, நாட்டு வைத்ய கலாசாலைகளில் எவ்வித பயிற்சித் திட்டத்திலும் நவீன வைத்ய முறையின் எல்லா அம்சங்களையும் சேர்த்துச் சொல்லிக் கொடுக்க வேண்டுமென்பதே அரசாங்கத்தின் கொள்கை;: 1952-ம் வருஷமுதல் சென்னைசர்க்காரால் வைத்யக் கல்லூரியில் கையாளப்பட்டுவரும் இந்தக் கொள்கை மாணவர்களின் பழைய தேவைகளையும் விருப்பங்களையும் பூர்த்தி செய்து வருகின்றது; இந்த முற்போக்கு மனோபாவமே ஸர்க்காரின் எதிர்காலக் கொள்கையிலும் நீடிக்கும்." (சுதேச

மித்ரன் 29-9-54)— என்று ஆயுர்வேதம் ஆலோபாதியின் எல்லா அம்சங்களையும் ஏற்றாலல்லாது ஜீவித்திருக்க முடியாது என்று கூசாமற் கூறிவரும் கனம் சென்னை சுகாதார இலாகா மந்த்ரி; இவர்களனைவரையும் எல்லா வழியிலும் விஞ்சும் மத்ய ஸர்க்கார் சுகாதார இலாகா மந்திரி கனம் ராஜ்குமாரி அம்ருதகௌர்; ஆயுர்வேதத்தைப் பற்றி அபாண்டமாகக் கூறி அவதூறு செய்பவர்களை ஆதரவுடன் அழைத்து ஆயுர்வேதத்தில் பக்தியுள்ளவர்களின் கூட்டத்திலேயே கூசாமல் பேசும்படி அரியாஸனத்தில் அமர்த்தும் ஆயுர்வேத முன்னேற்றத்திற்காகவே ஏற்பட்டுள்ள ஸ்தாபனங்கள்—இவைகளையெல்லாம் ஒருங்கே கவனித்தால் ஆயுர்வேதத்தின் வருங்கால நிலை எப்படியாகும்? என்பது ஒருவாறு புலனாகும்.

உலகில் ஏதாவது ஒரு விஷயத்தைப் பற்றி அபிப்பிராயம் கூறவேண்டுமானால் அவன் அதைப் பற்றிய அறிவைப் பூர்ணமாகப் பெற்றிருக்கவேண்டும். இதே ரீதியில் ஒரு நிர்வாஹத்தை நடத்தவேண்டுமானால் அவ்விஷயத்தை நன்கு தெரிந்த ஒருவனால் தான் நலம்பெறச் செய்யமுடியுமென்பதில் ஒருவருக்கும் ஐயமேற்படக் காரணமில்லை. ஒருகலையை அபிவிருத்தி செய்ய அக்கலையில் ஆர்வம், பக்தி, நம்பிக்கை— இவைகள் இன்றியமையாதவை. இதுவே நேர்மை. ஆனால் இவ்வித நேர்மை அரசியலில் தவிர மற்றவைகளில் தான் உபதேசிக்கப் படுகிறதாகத் தெரிகிறது. இதற்கு அரசியல் விதி விலக்குப் போலும்!.

நிர்வாஹத்திலும் திருடனிடம் பந்தோபஸ்து, குடியனிடம் மதுவிலக்கு, ஐந்தும் மூன்றும் அறியாதவனிடம் பொருளாதாரம்— இதுபோன்று அமையுமானால். இந் நிர்வாஹம் எப்படி நடக்கும் என்பதை எளிதில் எவரும் ஊகிக்கக் கூடுமல்லவா?

இவைகளிப்படியிருக்க: ஆயுர்வேதமென்பது என்ன? அதன் முன்னேற்றம் எப்படியிருந்தது? எப்படியிருக்கிறது இப்போது? அபிவிருத்தி செய்ய வேண்டிய வழி யாது?- இது போன்ற விஷயங்களில் ஒன்றும் தெரியாது என்று கூசாமல் சொல்லுபவரிடம் நிர்வாஹத்தைக் கொடுக்க அரசாங்கம் தயங்கவில்லை; ஆயுர்வேதத்தை ஜனங்கள் விரும்பவில்லை என ஸங்கோசமில்லாமல் கூறிவரும் இந்திய வைத்ய இலாகா டைரக்டரிடம் ஆயுர்வேதத்தின் தலைவிதியை நிர்ணயிக்க ஒப்படைக்கத் தயங்கவில்லை; ஆயுர்வேத அபிவிருத்தியில் அதனிடம் ஆர்வமோ, பக்தியோ இல்லாதவர்களிடம் ஆலோசனைகளைப் பெறத் தயங்கவில்லை. இவ்வித நிலையில் இதன் நிர்வாஹம்-முடிவு முன் எடுத்துக் காட்டியதுபோல் எவ்விதம் சீராக அமையு

மென்பதை சற்று நிதானித்து மார்வில் கைவைத்து ஆலோசிக்கட்டும்! இந்நிலையில் "உடும்பு வேண்டாம், கைவிட்டால் போதும்" என்றல்லவா நினைக்கும்படி தோன்றக்கூடும்.

"கலைஞன் ஒருவனுக்கு அக்கலையில் சற்றும் ஆர்வமில்லாது—ஏன்? விரோத மனப்பான்மையுள்ள ஓரரசன் ஆதரவு தருவதாகக் கூறினன். அதற்கு அக்கலைஞன் உண்மையை உணர்ந்தவனாதலால், அரசே! தாங்கள் இவ்விதம் கூறியது ஸந்தோஷம்; ஆனல் தாங்கள் கொடுக்கக் கூடிய ஆதரவைக் காட்டிலும் இதில் ஸம்பந்தமில்லாது தயைசெய்து தூரத்தில் இருப்பதே மிகுந்த ஆதரவாகும்;" என்று சொன்ன கதையே இந்நிலையில் நினைவுக்கு வருகிறது.

உண்மையில் அரசாங்கத்தாருக்கு ஆயுர்வேதத்தை அபிவிருத்தி செய்வதில் அந்தரங்க சுத்தியுடன் கூடிய ஆர்வமில்லாதிருந்தால், அபிவிருத்தி செய்வது என்ற பெயரில் இழிவுபடுத்துவதைக் காட்டிலும் சிறிது காலம் தயவு செய்து ஒதுங்கி நின்று பார்க்கட்டும்—என்றே சொல்லத் தோன்றுமென்பதில் சிறிதும் ஆச்சர்யமில்லையல்லவா? ஆயுர்வேதம் மக்களின் அன்பைப் பெற்றிருந்தால்; தன் சக்தியிலேயே தான் ஸ்திரமாக நிற்க முடிந்தால்; தொன்று தொட்ட காலம் முதல் இன்றுவரை தனது பலத்தினலேயே இருந்து வந்திருப்பதால் பிறர் உதவியில்லாமல் தானே முன்னேறக்கூடும். அப்படி முன்னேறுவது சிறிது சிரமமாயிருந்தால்கூட தனது நாசத்தையாவது தேடிக்கொள்ளாமலிருக்கும்.

ஆகவே, அரசாங்கத்தார் அலக்ஷ்ய மனப்பான்மையில்லாமல், மாற்றாந்தாய்க் கொள்கையில்லாமல் நேர்மையைக் கடைபிடித்து ஆயுர்வேதத்தின் தலையெழுத்தை நிர்ணயிக்க ஆயுர்வேதமறிந்தவர்களிடமே அதிகாரமளிக்கட்டும்; அதன்வளர்ச்சியில் குறுக்கிடவேண்டாம். இதர கலைகளைப்போல் இதுவும் தன்சக்திக்கேற்றவாறு அபிவிருத்தியடையட்டும் என்று சொல்லுவதைத் தவிர வேறு அதிகம் சொல்லுவதில் விசேஷமொன்றுமில்லை. நமக்குத் தேவையான சக்தியையும் சகிப்புத் தன்மையையும் எல்லாம் வல்ல இறைவன் அருள்வானக.

1. அபயாரிஷ்டம் [अभयारिष्टः]

இம்முறை சரகஸம்ஹிதை, ஸுச்ருதஸம்ஹிதை, அஷ்டாங்கஹிருதயம், இம் மூன்றில் அர்சஸ் சிகித்ஸாதிகாரத்திலும் கதநிக்ரஹத்தில் ஆஸவாதிகாரத்திலும் காணப்படுகின்றது. ஸித்தயோகஸங்கிரகத்தில் சற்று பாடபேதமாகக் காணப்படுகின்றது.

செய்முறை :— கடுக்காய்த்தோல் 32 தோலா, நெல்லிமுள்ளி 64 தோலா, விளாம்பழத்தின் நடுவிலுள்ளசோறு 40 தோலா, வரிக்கும்மட்டிவேர் 20 தோலா, வாய்விளங்கம், திப்பிலி, லோத்திரப்பட்டை மிளகு, ஏலவாலுகம் இவை வகைக்கு 8 தோலா, இவைகளை இடித்து 4 துரோண (25½ படி) ஜலத்தில் நான்கில் ஒரு பங்கு மிகுதியாகுமாறு கஷாயமிட்டு, வடிகட்டிக்கொண்டு அதில் 800 தோலா வெல்லத்தைக் கரைத்து காட்டகத்திப்பூத்தூள 64 தோலா சேர்த்து ஸந்தானம் செய்யவும். ஆஸவம் ஸந்தானமான பின் வடிகட்டி உபயோகிக்கவும்.

குறிப்பு :— ஸுச்ருதஸம்ஹிதையின் உரையாசிரியர் டல்லணர் கும்மட்டி மிகவும் கசப்பானதால், அதைப் பாதி அளவு சேர்த்தால் போதுமென விருத்த வைத்தியர்கள் அபிப்ராயப்படுவதாகக் கூறுகிறார். இது அனுபவத்திற்கேற்றதே. இம் மருந்தில் ருசியை எதிர்பாராது, நல்ல மலமிளக்கும் தன்மையையும் குடலுக்கு வலுவூட்டி பித்தத்தை வெளிப்படுத்தும் தன்மையை எதிர்பார்த்தால் கும்மட்டிவேரை முழு அளவிலேயே சேர்க்கலாம்.

கஷாயம் பாதிஆகும்போது சிலர் விளாம்பழச் சத்து சேர்ப்பது வழக்கம். ஏலவாலுகம் என்பது முசு முசுக்கை என தமிழ் வைத்யர்களின் சம்பிரதாயம். யாதவஜீ அவர்களின் ஸித்தயோக ஸங்கிரஹத்தில் ஏலவாலுகத்திற்குப் பதில் சதகுப்பையே யோகத்தில் கூறப்பட்டுள்ளது. சதகுப்பை 8 தோலா அதன்படி சேர்க்கப்பட வேண்டும்.

சரக—ஸுச்ருதஸம்ஹிதைகளில் இந்த முறையில் பிரக்ஷேப சூர்ணமே கூறப்பட வில்லை. அஷ்டாங்கஹிருதயத்தில்தான் காட்டகத்திப்பூ சேர்க்குமாறு கூறப்படுகின்றது. ஸித்தயோக ஸங்கிரகத்தில், காட்டகத்திப்பூ 16 தோலா, ஏலரிசி, லவங்கப் பட்டை, லவங்கப்பத்திரி சிறு நாகப்பூ இவை வகைக்கு 4 தோலா திராக்ஷைப்பழம் 64 தோலா இவைகளைப் பிரக்ஷேபமாக்கிப் போடக் கூறப்படுகின்றது. இதன்படி திராக்ஷையை நன்கு அரைத்துத் திரவத்தில் கலக்கியும், ஏலம் முதலியவைகளைத் தூளாக்கியும் சேர்த்து ஸந்தானம் செய்ய வேண்டியது. ஆஸவத்திற்கு நல்ல மணமும் ருசியும், குடலில் உபத்ரவமில்லாமல் மல இளக்கமும் ஏற்பட இது நல்ல வழி.

ஸாதாரணமாக இம்மாதிரி யோகங்களில் நூலில் கூறப்பட்டுள்ள ஜல அளவை இரட்டிப்பாக்குவது (திரவத்வைகுண்ய பரிபாஷை) வழக்கம். நூலில் கூறப்பட்டுள்ளபடி இந்த யோகத்தில் கஷாயத்திரவ்யத்திற்கு சுமார் 21 பங்கு ஜலம் சேர்க்கவேண்டியிருக்கிறது. பொதுவாக இந்த அளவே மிருதுவான திரவ்யங்களால் ஆக்கப்படும் இக்கஷாயத்தில் அதிகமெனக் கருத இடமுண்டு. ஆகையால் இவ்விடத்தில் திரவத்தை இருமடங்காக்குவது அவசியமில்லை. அவ்விதம் இருமடங்காக்கினல், திரவத்தில் ஔஷதாம்சம் குறையும். அதனல் அதிக அளவில் இவ்வாஸவத்தைக் கொடுக்க வேண்டிவரும்.

திரவத்தை இரட்டிப்பாக்கினல், வெல்லத்தை ஒரே தடவையிலும், இல்லாவிடில் இரண்டுதடவையிலும் சேர்ப்பது ஆஸவம் எளிதில் அமைய உதவும்.

அளவு—$\frac{1}{4}$–1 அவுன்ஸ் வரை குடல் நிலைக்கேற்ப சமஅளவிலோ அதிக அளவிலோ ஜலம் சேர்த்துச் சாப்பிடவும்.

மற்ருெரு முறை. இது சரகஸம்ஹிதையில் அர்சஸ் சிகித்ஸையில் பலாரிஷ்டம் (फलारिष्ट:) என்ற பெயரிலும், கதநிக்ரகத்தில் அபயாரிஷ்டம் என்ற பெயரிலும் வழங்கப்படுகின்றது.

செய் முறை:- கடுக்காய்த்தோல் 64 தோலா, நெல்லிமுள்ளி 64 தோலா, வரிக்கும்மட்டிவேர், விளாம்பழச்சத்து, வட்டத்

திருப்பி, கொடிவேலிவேர், இவை வகைக்கு 8 தோலா, இதை இரு துரேர்ண (12–13/16 படி) ஜலத்தில் நான்கில் ஒரு பங்கு மிகுதியாகுமாறு கஷாயமிட்டு, வடிகட்டி, அதில் வெல்லம் 400 தோலா போட்டு ஸந்தானம் செய்யவும்.

குறிப்பு :— இதிலும் காட்டகத்திப்பூ 32 தோலாவும் முன் யோகத்தில் கூறியபடி ஏலம் முதலியவைகளும் பிரக்ஷேபசூர்ணமாகப் போடுவது நல்லது.

அளவு :— முதல் யோகம் போலவே.

மற்றெரு முறை .- இது பைஷஜ்ய ரத்னுவளியில் அர்சஸ் சிகித்ஸையிலும், ஸஹஸ்ர யோகத்தில் ஆஸவாதிகாரத்திலும் காணப்படுகின்றது. இன்று அதிக அளவில் வைத்யர்கள் கையாளும் முறை இது.

செய்முறை :— கடுக்காய்த்தோல் 400 தோலா, திராக்ஷை 200 தோலா, வாய் விளங்கம் 40 தோலா, இலுப்பைப்பூ 40 தோலா, இவைகளை 4 துரோண ($25\frac{5}{8}$ படி) ஜலத்தில் கஷாயமிட்டு நான்கில் ஒரு பங்கு மிகுதியாகும்படி செய்து அதில் வெல்லம் 400 தோலா சேர்த்து நெரிஞ்சில்முள், செவதைவேர், மல்லி விதை, காட்டகத்திப்பூ, வரிக்கும்மட்டிவேர், செவ்வியம், சோம்பு, சுக்கு, தந்திமூலம், இலவம் பிசின், இவை வகைக்கு 8 தோலா, பிரக்ஷேபசூர்ணமாக்கிச் சேர்க்கவும். நன்கு ஸந்தானமான பின்னர் உபயோகிக்கவும்.

குறிப்பு :— இந்த யோகத்தில் கஷாயம் நன்கு அமைய திரவத்தை இரட்டிப்பாக்கும் பரிபாஷை அனுசரிக்கப்படவேண்டி யிருக்கிறது. இதன்படி கஷாயத் திரவியத்திற்கு 6 பங்கு ஜலத்தில் கஷாயமிட நேரிடுகிறது. அதனுல் பரிபாஷைப்படி $51\frac{5}{8}$ படி ஜலத்தில் $\frac{1}{4}$ பங்கு மீதமாக கஷாயமிடுவது தான் நல்லது, திரவத்தை இரட்டிப்பாக்கினுல் இதில் கொடுக்கப்பட்ட வெல்ல அளவு போதாது. சாமான்ய பரிபாஷைப்படி 800 தோலா வெல்லம் சேர்ப்பது தான் நல்லது. திராக்ஷை இலுப்பைப்பூ இவைகளின் இனிப்பு கடுக்காயின் துவர்ப்பை ஈடுசெய்யப் போதாது.

அளவு :— முதல் யோகம் போலவே.

குணம்.— இம் மூன்று முறைகளின் குணம் சற்றேரக்குறைய ஒரு விதமானதே. முதன் முறை சற்று கடுமையானது. நடு

முறை மத்யம வீர்ய முள்ளது. மூன்றும் முறை ஸௌம்யமாக யாவரும் எக்காலத்திலும் உபயோகிக்கத் தகுந்தது.

மலமும் மூத்திரமும் சரியே வெளிப்படாமல் குடலில் தங்கி ஏற்படும் மூலம், அதிசாரம், உதரம், அக்னி மந்தம், நீரடைப்பு, கல்லீரல் மண்ணீரல் வீக்கம், பாண்டு, காமாலை, ஹிருதயரோகம், அரோசகம், உடல் வீக்கம், குடலில் கிருமி, நாட்பட்ட ஜ்வரம், விஷம ஜ்வரங்கள், குல்மம் இவைகளில் சிறந்த ஔஷதமாகும்.

இது ஒரு நல்ல மல மிளக்கி. பித்தத்தை வெளிப்படுத்தி, குடலுக்கு ஊக்கமும் வலுவுமளிக்க வல்லது. கெட்ட மலச் சேர்க்கையை அகற்றி அதனால் ஏற்படும் விஷத்தின் பரவுதலையும் அதனால் உண்டாகும் நோய்களையும் போக்குகின்றது. ஜீர்ணசக்தியையும் பசியையும் தூண்டுகின்றது. குடலின் பலக்குறைவால் ஏற்படும் மலபந்தத்தை அகற்றுகின்றது கிரஹணியில் ஏற்படும் ஓரிருநாள் மலம் கட்டி, ஓரிரு நாள் சேர்ந்தாற்போல் அதிசாரமாகும் கெடுதலை அகற்றுகின்றது.

முக்கியமாக மலக்கட்டுடன் ஏற்படும் மூலநோயில் இதன் உபயோகம் நல்லது. மூல நோய் ஆரம்பமாகும் நிலையிலேயே இதை உபயோகிக்க நல்ல குணம் தருகின்றது.

இதன் உபயோகத்தால் மலமும் மூத்திரமும் சரியாகப் பிரிக்கப்பட்டு வெளிப்படுத்தப்படுகின்றது. பசியும் ஜீர்ணசக்தியும் அதிகமாகின்றது.

பாரத ஆயுர்வேத சாலா

27. சின்னக்கடைத் தெரு. :: தெப்பக்குளம், திருச்சி.

எல்லாவித சாஸ்திரீயமான

— ஆயுர்வேத மருந்துகள். —

மிகக் கவனத்துடன் தயாரிக்கப்பட்டவை.

வைத்யர்களுக்கு விசேஷ சலுகை உண்டு.

விபரத்திற்கு எழுதவும்.

பால சிகித்ஸா.

(வைத்ய விசாரத எஸ். வி. ராதாகிருஷ்ண சாஸ்திரீ, திருச்சி.)

ஆரோக்கிய கல்பத்துருமம்.

பதினைந்து நாட்களுக்குப் பிறகு

பதினைந்து நாட்கள் கழிந்த பின்னர், தினமும் சந்திவேளைகளில் ரக்ஷைக்காக உள்ள வழக்கமான சாந்தி முறைகளை அனுஷ்டிக்க வேண்டும். உடன் பிறந்த சிசுவிற்கு அந்த அந்த வியாதிக்குச் செய்யும்படி முதலத்யாயத்தில் கூறப்பட்ட சிகித்ஸைமுறைகளையே அளவு மாத்திரம் அதிகமாக்கி செய்து வரலாம். முன் கூறப்பட்ட கஷாயங்களில் கஷாயத்திரவியத்தின் அளவை மாத்திரம் இருமடங்காக்கிக் கொண்டு அதே அளவு ஜலத்தில் கஷாயமாக்கிக் கொள்ளவும்.

பொதுவாக பிறந்தவுடன் சிசு கெடுதியடைந்த முலைப்பாலை அருந்த நேரிடின், அதனால் ஏற்படும் வாதாதி தோஷங்களின் சேர்க்கை வியாதிக்குக் காரணமாகின்றது. அதனால் வைத்யன் தாயின் பாலை முதலில் பரிசோதனை செய்யவேண்டும். சேறுபட்டபின் அலம்புவதைவிட தூரத்தில் சேறு படாதவாறு இருத்தல் நலமல்லவா? ஆனால் பதினைந்து நாட்களுக்குள் தாயின் பால் புதிதாக இருப்பதாலும், அதில் தோஷங்களின கெடுதி வெளிப்படாது மிக அல்பமாக இருப்பதாலும் பரீக்ஷித்து அறிய முடியாதாகையாலும் பதினைந்து நாட்களுக்குள் சிசுவிற்கு ஏற்படும் வியாதிகளில் ஸ்தன்ய சுத்தியைப் பற்றி அதிகம் சிந்திக்கவேண்டியதில்லை. ஆனால் பதினைந்து நாட்களுக்குப் பிறகு ஸ்தன்யத்திலுள்ள கெடுதிகளை வர்தபித்தகபங்களின் ஸ்வரூபத்தை ஒட்டி ஆராயவேண்டியது அவசியமாகிறது.

தாய்ப்பாலின் பரீக்ஷை :—

சுத்தமான தாய்ப்பாலை ஜலத்துடன் கலக்க ஒன்றாகும். அதுவே வாயுவால் கெட்டிருந்தால், ஜலத்துடன் கலந்தால் பொங்கிநிற்கும்; துவர்ப்பு ரஸத்துடனும் நுரையுடனும் காணும். பித்தத்தால் கெட்டிருந்தால் மஞ்சள் நிறமுள்ள கோடுகள் படர்ந்து காணும். சூடும் உறப்பும் புளிப்புமுள்ளதாக இருக்கும்.

கபத்தால் கெட்டிருந்தால், ஜலத்தில் ஆழ்ந்து படியும். கொழு ப்பும் பிசுபிசுப்பும் உப்பு சுவையும் காணும். இரண்டு தோஷங் களோ மூன்று தோஷங்களோ கூடினால் அந்தந்தக் குறிகள் சேர்ந்து காணப்படும். இவ்விதமான கெடுதி அடைந்த பால் சாப் பிட்டால் சிசுவிற்கு அவ்வகையான நோய்கள் காணப்படும். அதனால் நன்கு சூக்ஷ்மமாகப் பரீக்ஷித்து தாயாருக்கு பால் தோஷம் நீங்க சிகிச்சை செய்ய வேண்டும். தாய்ப்பாலில் அவ் விதம் தோஷம் பரீக்ஷையில் புலப்படாவிட்டாலும், சிசுவின் வியாதிக்கேற்ப குறிகளைக் கொண்டு தோஷக் கெடுதியை ஊகி த்து அதற்கேற்ற சிகிச்சை செய்ய வேண்டும்

ஒரு பக்ஷத்தில் ஒரு தடவையோ இருதடவையோ தாய்ப் பாலை பரிசோதிக்கவேண்டும். பரிசோதனையில் தாய்ப்பால் கெட் டிருந்தால் அதைக் குடித்த சிசுவிற்கு சிகிச்சை செய்ய வேண்டும். தாய்ப்பால் கெட்டிருந்து அதனால் சிசுவிற்கு வியாதி ஏற்படின் உடனேயே பூர்வரூபநிலையிலேயே சிகிச்சை செய்ய வேண்டும். முடியாவிடில் குறிகள் நன்கு புலப்பட்ட உடனேயாவது சிகிச் சை செய்யவேண்டும்.

தாய்ப்பால் கெட்டிருந்தால், வில்வத்தின்வேரை நன்கு ஆறிய வென்னீரை விட்டரைத்து ஸ்தனங்களில் தடவிக் கொள் ளலாம். சித்தரத்தை அதிமதுரம் நன்னாரி இம்மூன்றையோ, தேவதாரு சதகுப்பை கொத்துமல்லிவிதை இம்மூன்றையோ சித்தாமுட்டிவேர்கஷாயம் விட்டரைத்துத் தடவிக்கொள்ளலாம். இம்மூன்று லேபங்களும் எல்லாவித தோஷங்களையும் போக்க வல்லவை. ஒரு நாளில் இருதடவை மூன்றேமுக்கால் நாழிகை யளவு இவைகளைப் பூசிவர வேண்டும். ஒவ்வொரு தடவையிலும் அவை உலராதவாறு அடிக்கடி மேல் பூசிவர வேண்டும். மூன் றேமுக்கால் நாழிகைக்குப் பிறகு ஸ்தனங்களைக் கழுவித் தேய் த்து விடவும்.

வாதத்தால் ஸ்தன்யம் கெட்டிருக்கிறது என நிச்சயித்திரு ந்தால் சித்தாமுட்டி, அதிமதுரம், கீரைப்பாலை, சித்தரத்தை சுக்கு, தேவதாரு, காட்டுளுந்துவேர், காட்டுப்பயிறுவேர் இவை களைக் கொண்டு கஷாயம் தயாரித்து திப்பிலியும் இந்துப்பும்

மேம்பொடியாக்கி சேர்த்துத் தாயார் சாப்பிடவேண்டும். அல்லது வில்வவேர் முன்னைவேர், பெருவாகை வேர், குழிழம்வேர், பாதிரிவேர், தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு, நிலக்குமிழங்கிழங்கு இவைகளைக் கஷாயமிட்டும் இந்துப்பும் திப்பிலிசூர்ணமும் சேர்த்து சாப்பிடலாம். பித்தத்தால் ஸ்தன்யம் கெட்டிருந்தால் திருண பஞ்சமூலம், நெல்லிக்காய், ஆலம் பட்டை, அத்திப்பட்டை, இத்திப்பட்டை, அரசம்பட்டை, கருநொச்சிவேர், சித்தரத்தை இவைகளால் கஷாயம் தயாரித்து சர்க்கரையும் நெய்யும் சேர்த்துத் தாயார் சாப்பிடவும். அல்லது கிரைப்பாலை, தண்ணீர்விட்டான், அதிமதுரம், சந்தனம், நன்னாரி, நெல்லிமுள்ளி, விலாமுச்சம் வேர், முதியார்கூந்தல், தேவதாரு இவைகளைக் கஷாயமிட்டு சர்க்கரை நெய் சேர்த்து சாப்பிடலாம்.

கபத்தால் ஸ்தன்யம் கெட்டிருந்தால் வேப்பம்பட்டை, திரிபலை, திப்பிலி, பேய்ப்புடல், சீந்திற்கொடி இவைகளைக் கஷாயமிட்டு தேன் சர்க்கரை சேர்த்து சாப்பிடலாம். அல்லது அதிவிடயம் வசம்பு, நெல்லிமுள்ளி, நிலவேம்பு, கடுகுரோகிணி, தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு, கோவைக்கிழங்கு, தாளிசபத்திரி, திப்பிலி இவைகளைக் கஷாயமிட்டு தேன் சர்க்கரை சேர்த்துச் சாப்பிடலாம்.

இரண்டு அல்லது மூன்று தோஷங்களின் சேர்க்கையான கெடுதி ஏற்பட்டிருந்தால் அதற்கேற்ப முன் கூறிய கஷாயயோகங்களைக் கூட்டி அமைத்துக் கொள்ளலாம்.

கெட்ட ஸ்தன்யத்தைக் குடிப்பதால் சிசுவிற்கு மலக்கட்டு, மூத்திரக்கட்டு, உட்காங்கை, வாந்தி முதலிய ரோகங்கள் ஏற்படும். இவைகளை பலமாகக் கொண்டும், காலதோஷத்தையும் அபத்யத்தையும் காரணமாகக் கொண்டும் ஜ்வரம் முதலிய பலவித ரோகங்கள் உண்டாகலாம். அதனால் சிசுவையும் அதே திரவியங்களைக் கொண்டே தகுந்த அளவில் கஷாயம் செய்து சாப்பிடச் செய்வதால், கெட்ட ஸ்தன்யத்தைச் சாப்பிடுவதால் ஏற்படும் நோய்கள் வராமல் பாதுகாக்கலாம். அவ்விதம் வியாதிகள் ஏற்பட்டு விடினும், அவைகளின் பூர்வரூபநிலையிலேயே சிகிச்சைகள் செய்யவேண்டும். அதன் விபரத்தை முறையே விளக்குவோம். (தொடரும்)

ஆராய்ச்சி முடிவுகள் :

அரிசிக் கஞ்சி

அரிசியை வேகவைத்தபின் கிடைக்கும் திரவமான கஞ்சி கூழான ஸ்டார்ச், ஜலத்தில் கரையக் கூடிய நைட்ரோஜன் அம்சங்கள் 'பி' வகுப்பு வைடமின்கள், லோகசத்துக்கள் இவைகளுடனிருக்கிறது. அரிசியின் மேற்புறத்திலுள்ள இவ்வம்சங்கள் நீரில் அரிசி கொதிக்கும்போது நீருடன் கலந்து விடுகின்றன. கஞ்சியிலுள்ள கன அம்சம் 3—10 சதவிகிதம் இருக்கலாம். அரிசியிலுள்ள அன்ன சத்து முழுவதும் கஞ்சியில் கலந்து விடுவதால் கஞ்சியை விலக்கி சாதத்தை மாத்திரம் சாப்பிடுவது புஷ்டி தருவதில்லை. கஞ்சியை மோருடன் கலந்தோ, அல்லது தேவைக்கேற்றவாறு சர்க்கரை, குங்குமப்பூ முதலியவை சேர்த்தோ சாப்பிட நல்ல புஷ்டி தரும் ஆகாரமாகின்றது.

—[மார்ச், '54 — மைஸூர் மத்ய உணவு ஆராய்ச்சிக் கழகப்பிரசுரம்.]

குங்குமப்பூவும் ஜாதிக்காயும்

பம்பாயிலுள்ள ஸைண்ட் க்ஸேவியர் கலாசாலை மைக்ரோபயாலஜிப்பிரிவு ஆராய்ச்சி ஆசிரியர்களான ஸ்ரீபட், ப்ரோகர், ஐயர் என்ற மூவரும் குங்குமப்பூவும் ஜாதிக்காயும் ஜீவாணுக் கிருமிகளை வளரவிடாமல் செய்வதில் பெற்றுள்ள சக்தியை ஆராய்ந்து அதன் முடிவைத் தெரிவித்துள்ளனர். நூறில் ஒருபங்கு விகிதத்தில் இவ்விரண்டையும் ஜலத்தில் கரைத்து அதில் கிருமிகளின் வளர்ச்சியை பரிசோதித்தார்கள். கிருமிகளுள்ள திரவத்தில் இத்திரவத்தைக் கலந்த உடனும் பிறகு முறையே 2—4—6—8 மணிநேரங்கள் கழித்தும் பரீக்ஷித்தனர். இவ்விரண்டும் கிருமிகளின் வளர்ப்புக் கிரமத்தைப் பெரிதும் தடைப்படுத்தி, வளர்ச்சியைக் குறைத்துவிட்டன. நமது வழக்கத்திலுள்ளபடி பாலுடனோ பாலால் தயாரிக்கப்படும் ஆகாரங்களிலோ மற்ற பக்ஷணவகைகளிலோ அவை சேர்க்கப்படின் அதில் கிருமிவளர்ச்சி ஏற்படாமல் அவைகளுக்கு நல்ல பாதுகாப்பளிக்கின்றன.

இவ்விரண்டும் ஜீரணப் பைகளிலுள்ள ஜீர்ணம் செய்யும் சத்துக்களுக்கு எவ்விதம் உதவுகின்றன— என்பதையும் தனித்து ஆராய்ந்ததில், பாலைப் பிரித்து ஜீர்ணமாக்கி உடலில் சேர்க்கும்

பெப்ஸின், ரென்னின் எனற இரு ஜீர்ணகாரி என்ஸைம்களின் வேலையை நன்கு தூண்டுகின்றன என்பதும் அறியப் பட்டது.
[ஹெல்திலிருந்து]

[நமது முன்னோர்கள் தினசரி வாழ்க்கைக்குத் தேவையான பற்பல விஷயங்களில் ஆழ்ந்த பகுத்தறிவுடனும் பரந்த அனுபவத்துடனும் பல நல் வழிகளைக் கண்டுபிடித்து அதை நடை முறையில் .பரம்பரையாக பழக்கி அப்பழக்கங்கள் நமது ரத்தத்தில் நன்கு ஊறிவிடும்படி செய்திருக்கிறார்கள். அவர்கள் பழக்கத்திற்குக் கொண்டுவந்த ஆகார முறைகள், ஆசாரங்கள், உபவாஸம், விருந்து போன்ற பற்பல விஷயங்களும் இன்று நவீன ஸாதனங்களின் உதவியால் உலகஸ்திதியை ஆராயும் ஆராய்ச்சியாளர்களாலும் ஒப்புக்கொள்ளப் பட்டு பாராட்டப்பட்டும் வருவது கண்கூடு. அசூயை மனப்பான்மையுடனில்லாமல் சற்று ஆழ யோசித்தோமாகில் நம் முன்னோர்களின் பழக்க வழக்கங்களைக் கைவிட்டதால் நமது காலத்தியவர் சரீரம் மனது இவ்விரண்டின் ஆரோக்கியத்தையும் கெடுத்துக் கொண்டு திண்டாடுகின்றனர் என்பது புலனாகும். இவ்விதம் நவீன வழியில் செய்யப்படும் ஆராய்ச்சிகள் நம் கண்களைத் திறந்து முன்னோர்களின் பழக்க வழக்கங்களைப் பெரிதும் அனுஷ்டானத்தில் கொணர ஊக்குவிக்கும் என்பதில் ஐயமில்லை. ஆனால் ஆராய்ச்சியால் அறிந்த பின்னரே இவைகளை நாம் பழக்கத்தில் கொணர நினைத்தால், ஒவ்வொரு விஷயத்திலும் ஆராய்ச்சிக்காகச் செலவிடவேண்டி வரும் அளவற்ற நேரம் பொருள் இவைகளில் ஏற்படும் காலதாமதத்தால் நமது காலத்தில் அவைகளின் பயனை அடைவதற்கு இயலாது என்று தான் தோன்றுகின்றது. ஒரு பானைசோற்றிற்கு ஒரு சோறு பதம் என்பது சரியானது தான். இதுவரை செய்துள்ள பற்பல ஆராய்ச்சிகளின் முடிவுகள் முன்னோர்களின் பழக்க வழக்கங்களில் மாறுதல் செய்யவேண்டிய அவசியத்தைச் சிறிதளவும் உணர்த்த வில்லை. தொன்று தொட்டு வரும் இவை இதுவரை நம்முன்னோர்களின் தேகம் மனது இவைகளின் ஆரோக்கியத்தைக் காப்பாற்றி வந்தது போல் நமது ஆரோக்கியத்தையும் காப்பாற்றும் என நாம் நம்புவது மூட நம்பிக்கையாகாது.— ஆசிரியர்.]

ஸ்வர்ண வங்கம்

குப்பி எரிப்பு முறையில் தயாரிக்கப்படும் மருந்து இது. தங்கம் போன்ற நிறமும் தள தளப்பும் பெற்றிருப்பதால் ஸ்வர்ண வங்கம் என்ற பெயர் பெற்றுள்ளதே தவிர தங்கம் இதில் சேர்வதில்லை. ரஸராஜ ஸுந்தரத்திலுள்ள முறையைத் தழுவி செய்முறை இங்கு கொடுக்கப்படுகின்றது.

சுத்தி செய்யப்பட்ட ஈயம், ரஸம், கந்தகம் இவை வகைக்கு 4 தோலா, நவச்சாரம் 4 தோலா, வெடியுப்பு ஒரு தோலா. முதலில் ஈயத்தை இருப்புச்சட்டியில் உருக்கி கல்வத்திலிட்டு உடன் அதில் ரஸத்தைச் சேர்த்து இடிக்கவும். அது பிசைந்த மாவு போலாகும். இந்த பிஷ்டியை உப்பு கரைத்த ஜலத்தில் இரண்டு நாள் அரைத்து 7, 8 தடவை சுத்த ஜலத்தால் அலம்பவும். அதிலுள்ள க்ஷார அம்சம் அகலும் வரை, அதாவது ஜலம் கறுத்துப் போவது நின்று சுத்தமாக ஆகும்வரை அலம்பவும். பிறகு வெயிலிலிட்டுக் காய வைத்து கந்தகம் சேர்த்துக் கஜ்ஜலி செய்து கொள்ளவும். பிறகு நவச்சாரத்தையும் வெடியுப்பையும் சேர்த்து அரைத்துக் குப்பியிலிட்டு மணல் நிறைந்த பானை (வாலுகாயந்திரம்) யிலிட்டு 24 மணிநேரம் நடுத்தரமான கிரமாக்னியில் எரித்து வரவும். எரியும் போது நவச்சாரம் மேல் கிளம்பி குப்பியின் வாயை அடைத்துக் கொள்ளுமாதலால் அதை பழுக்கக் காய்ச்சிய இருப்புக் குச்சியால் கிளறிவிடவும். 8 அல்லது 10 மணி நேரத்திற்குள் கந்தகம் ஜாரணமாகி விடும். பிறகு குப்பிக்கு மூடியிட்டு சீலை மண் செய்து 15-16 மணிநேரம் எரிக்கவும். தாழ்கை ஆறியவுடன் குப்பியின் அடியில் தங்க நிறத்துடன் உள்ள ஸ்வர்ண வங்கத்தை எடுத்துக் கொள்ளவும். இது கினியா தங்கம் போன்று சிவந்த மஞ்சள் நிறத்தில் இருக்கும். அசல் தங்கநிறம் ஏற்படவேண்டுமாகில், ஸ்வர்ண வங்கத்தை துணியில் சுத்தி வென்னீரில் நனைத்து உடன் காய வைக்க வேண்டும்.

அளவும் அனுபானமும் :– 2-4 யவங்கள். தேன் வெண்ணெய், புஷ்டிகரமான மூத்திர சுக்ர சோதனமான லேகியம் முதலியவை.

ரோகத்திற்கேற்ற அனுபானங்கள் :— வெள்ளைப்பிரதரத்தில்-ஸ்வர்ணவங்கம் 2 யவம், நாக (யசத) பஸ்மம் 2 யவம், ஜடாமாஞ்சித்தூள் 10 யவம். இவைகளைத் தேனில் குழைத்துச் சாப்பிட்டு மேல் அசோகாரிஷ்டம் சாப்பிடலாம்.

சுக்கிரமேகத்தில் :— ஸ்வர்ணவங்கம் 2 யவம், நாக (யசத) பஸ்மம் 1 யவம், சிற்றேலத்தின் தூள் 8 யவம். இவைகளைத் தேன் அல்லது வெண்ணெய் அனுபானத்துடன் சாப்பிட மிகப் பழைய சுக்கிரமேகமும் போகும்.

வெள்ளைநோயில் :— ஸ்வர்ணவங்கம் 4 யவம், பரங்கிப்பட்டைத்தூள் 15 யவம்-இவைகளை குளிர்ந்த ஜலத்துடன் சாப்பிடவும். அல்லது-ஸ்வர்ணவங்கம் 2 யவம், பசுமஞ்சள்சாறு கால் அவுன்ஸ். தேன் அரைத்தோலா இவைகளைச் சாப்பிடலாம். இவ்வியாதியின் ஆரம்பநிலையில், தனியாக இதை இரண்டு யவ அளவு தேனுடன் கொடுத்து நன்னாரிவேர் கஷாயமோ, ஸாரிவாத்யாஸவமோ கொடுக்க நல்ல குணமளிக்கின்றது.

ஸ்வப்னஸ்கலிதத்தில் :— ஸ்வர்ணவங்கம் 2 யவம், பவழபஸ்மம் (சந்திரபுடம்) 2 யவம், பரங்கிப்பட்டைத்தூள் 15 யவம் இவைகளை தேன்கலந்து சாப்பிடலாம்.

வீர்யவிருத்திக்காக :— ஸ்வர்ணவங்கம் 2 யவம், நிலப்பனைக்கிழங்கு அல்லது பன்றிமோந்தான் கிழங்குத்தூள் கால் தோலாவுடன் கலந்து பசுவின்பால் அனுபானத்துடன் சாப்பிடச் சிறந்தது.

பலவிருத்திக்காக :— ஸ்வர்ணவங்கம் 2 யவம், யசதபஸ்மம் ஒரு யவம், தண்ணீர்விட்டான் கிழங்குத் தூள் கால் தோலா, இவைகளைப் பாலுடன் சாப்பிட நல்லது.

குணமும் உபயோகமும் :— ஸ்வர்ணவங்கம் சீதவீர்யம், சீதம், ரூக்ஷம், ஸரம், கசப்பு, உப்பு புளிப்பு சுவையுள்ளது. எல்லா அங்கங்களுக்கும் பலமளிக்கும் ரஸாயனம். சுக்ராசயத்தையும் மூத்ராசயத்தையும் சுத்திசெய்து அவைகளில் ஏற்படும் விரணத்தையும் சீழ் பிடித்தலையும் நிவர்த்திக்கும். சுக்ரவிருத்தி, பலவிருத்தி, இந்திரியங்களுக்கு பலம், சுக்ரவிருத்தி-ஸம்ரக்ஷணங்களால் புத்திசக்திவிருத்தி அளிக்கவல்லது. நல்லபசி, சரீரகாந்தி யளிக்கும். கழுத்துக்கு மேற்பட்ட அங்கங்களிலும் சுவாஸா

சயத்திலும் ஏற்படும் கபநோய்களிலும், ஆண் பெண் பிரஜனன உறுப்பு நோய்களிலும் மேதஸ் அதிகமாவதால் வரும் நோய்களிலும் நல்ல குணமளிக்க வல்லது.

ஆண் பெண் பிரஜனன உறுப்புகளிலும், மூத்திரக்குண்டிக்காயிலும், வீர்யவாஹிஸிரைகளிலும் இதன் விசேஷசக்தி வேலைசெய்கிறது. அதனால் பிரமேகம், நபும்ஸகத்தனம், சீக்ரமாக சுக்ரம் நழுவுதல், மூத்திரத்துடன் சுக்ரம் விழுதல், வெட்டை, நாட்பட்ட வெள்ளை நோய்களில் இது ரஸாயனமாகவும் வியாதி நிவிருத்திசெய்யும் விசேஷ ஔஷதமுமாகின்றது.

இதை இடைவிடாமல் ஸேவிப்பவருக்கு சுக்ரபலம் அதிகமாகி காமஇச்சை வளருகின்றது. நாட்பட்ட காசம், சுவாஸம், ரத்தக்குறைவால் ஏற்படும் சோஷம், கர்ப்பாசயம் நழுவுதல், ராஜயக்ஷ்ம வியாதியில் ஏற்படும் இரவில் அதிக வியர்வை, இவைகளைப் போக்கவல்லது.

சுக்ரத்தின்அளவு போதாமையாலோ, அல்லது கெடுதி அடைந்தமையாலோ, மக்கட்பேறு ஏற்படாமலிருந்தால் ஸ்வர்ண வங்கமும் ரஸஸிந்தூரமும் சேர்ந்து தொடர்ந்து சாப்பிட குணம் தரும்.

அக்னிமந்தம் ஏற்பட்டு வயிற்றிலும் ரத்தத்திலும் மலமும் மூத்திரமுமாக மலாம்சம் வெளிப்படாமல் தங்கி அவ்வாசயங்களுக்குப்பலக்குறைவு ஏற்பட்டும், பிரமேகம், பஹுமூத்ரம், பசியின்மை போன்ற நோய்கள் ஏற்படுங்கால் இதன உபயோகம் மிகவும் நல்ல பலனளிக்கின்றது. மலாம்சம் வெளிப்படாததால் சரீரத்தில் பரவிநிற்கும் விஷசக்தியைப் போக்கி நல்லபசி ஜீர்ண சக்தி, விருக்கத்திற்கு மூத்ரவிஸர்ஜன சக்தி, அளித்துப் பலமூட்டுகின்றது.

நாட்பட்ட வெட்டை (கனேரியா) நோயில் மூத்ரநாளத்தினுள் ஏற்படும் எரிச்சல் வீக்கம், சீழ்விழுதல் இவைகளைக் கொஞ்சம்கொஞ்சமாக நிறுத்திக் குணம் தருகின்றது. ஆரம்பதசையிலேயே இவ்வியாதியில் இதை உபயோகிக்க நல்ல குணமளிக்கின்றது. வெட்டை அதிக நாட்பட்டிருந்தால், ஸ்வர்ணவங்கம் 2 யவம், பவழபஸ்மம் (சந்திரபுடி) 1 யவம், கோமூத்ர சிலாஜது

1 யவம், சீந்திற்சர்க்கரை 2 யவம் சேர்த்து மாத்திரையாக்கி அதை உபயோகித்துவர நல்ல குணமளிக்கும். சீழ்விழுதல் நின்றுவிட்டபிறகு ஸ்வர்ணவங்கம் 2 யவம் குடுசீஸத்வம் (சீந்திற்சர்க்கரை) 4 யவம், ஏலத்தூள் 8 யவம் வெண்ணெய் சர்க்கரை சேர்த்துச் சாப்பிட நல்ல சரீரபலம் ஏற்படும். இந்திரியசக்தி அதிகமாகும்.

வெட்டையினால் ஏற்படும் வாதநோய்களில் (முக்கியமாக ஸந்திவாதத்தில்) இதன் சக்தி நன்கு தெரிகின்றது. ரஸம், ரக்தம் முதலிய தாதுக்களின் க்ஷீணத்தில் இது குணமளிக்கின்றது. இது ஒரு நல்ல ஜீவனீயமும் ரஸாயனமுமாகின்றது.

திருச்சி
ஆயுர்வேதிக் யூனியன் லிமிடெட்

17, சின்னக்கடைத் தெரு,
தெப்பக்குளம் P. O. திருச்சிராப்பள்ளி,

வைத்தியர்களுக்கு

எல்லா சாஸ்திரீய மருந்துகளும் மிகக் குறைந்த விலைக்கு சப்ளை செய்யப்படும்.
விபரங்களுக்கு எழுதித் தெரிந்துகொள்ளவும்.

மஹாமண்டல வெளியீடுகள்

1.	திரட்டு வாகடம்	0—6—0
2.	சித்தர் மூறை	0–12—0
4.	சிகித்ஸா கலிகா ,,	0–14—0
5.	பழைய வைத்ய சந்திரிகை பிரதிகள் ஒரு வருஷத்தியது	2—0—0

தபால் செலவு தனி. வி. பி. கிடையாது. முன்பணமும் அனுப்பவும்.
தமிழ்நாடு ஆயுர்வேத மஹாமண்டலம்,
27. சின்னக்கடைத் தெரு, தெப்பக்குளம், திருச்சி.

ரக்தக்கொதிப்பும் நவநாகரிகமும்.

[கல்கத்தாவிலுள்ள ஸ்ரீ விமலேந்து சந்த்ரகுப்தா எம். டி. என்ற டாக்டர் ஸெப்டம்பர் மாதத்திய 'ஆண்டிஸெப்டிக்' பத்திரிகையில் Clinical aspects of Hypertension என்ற தலைப்பில் அதிக ரக்த ஸம்ஹதி (High Blood-Pressure) எனப்படும் ரக்தக்கொதிப்பு நோயில் பற்பல நிலைகளைப் பற்றி ஆலோபதிவைத்யமுறையில் நன்கு ஆராய்ந்து எழுதியிருக்கிறார். அவர் அதில் நவநாகரிகத்தின் விளைவாக அந்நோய் அதிக அளவில் மக்களிடையே பரவி இருப்பதைக் குறிப்பிட்டு, அது ஏற்படக் காரணங்களையும், அது வருமுன் தடுக்கவும், வந்தபின் போக்கவும் அனுஷ்டிக்கவேண்டிய ஆகார—ஆசார நியமங்களைக் குறிப்பிடும் பாகம் ஆயுர்வேதமுறையைப் பெரிதும் தழுவினதாக அமைந்துள்ளது. அவ்வம்சங்களை மாத்திரம் இங்கு தமிழ்ப் படுத்தித் தருகிறோம்.—ஆசிரியர்.]

வியாதிவர நிதானம்:— இந்நோய் அதிகமாக நாற்பது வயதிற்குமேல் வருகின்றது. நாற்பது வயதிற்கு முன் இவ் வியாதி ஏற்படுவது அனேகமாக குலவழியில் ஏற்படுவதாக இருக்கும். பெற்றோர் இந்நோயுள்ளவர்களாயினும் சரி, ரக்தக்கொதிப்பு ஏற்படும் நிலையிலுள்ளவர்களாயினும் சரி, இவ்வியாதி அவர்களுக்குப் பிறந்தவர்களுக்கு நாற்பது வயதிற்கு முன்னர் ஏற்படலாம். பெண்களைவிட ஆண்களை அதிகம் பாதிக்கிறது. ஆனால் இவ்வித காரணங்களுக்கெல்லாம் மேலாக முக்கிய காரணம் ஒன்று உண்டு. அதுதான் நவநாகரிகம். நாகரிகமற்ற நிலையிலுள்ள மனிதன் நாகரிகமுள்ள மனிதனைக் காட்டிலும் நல்ல ஆரோக்யமுள்ளவன். பெர்னார்ட்ஷா உலகம் முழுவதும் சுற்றிய பின்னர் தமது கருத்தைப் பின் வருமாறு வெளியிட்டுள்ளார். "நாகரிகமென்பதற்கு துக்கமென்றும், நாகரிகமல்லாதது என்பதற்கு சுகம், சாந்தி என்றும் பொருள் என்பதை நான்சென்ற விடங்களிலெல்லாம் கண்டு கொண்டேன்" என்று. நவநாகரிக மென்பது அவசரம், படபடப்பு, கவலை என்றுதான் ஆகிறது. அதிக அளவில் மாமிச உணவும் கொழுப்பு உணவும் ஏற்றுக்கொள்வது தான் நாகரிகமாகின்றது.

கவலைதான் இவ்வியாதியில் முக்யகாரணமாக அமைகின்றது. குறித்த நேரத்தைக் காப்பாற்றுவதில் உள்ள அனுவசியமான அக்கரை, அதிகமான லோகாயத மனப்பான்மை, அரிசியி

லில் இருவித வேற்று அபிப்ராயங்களை (உள்ளொன்றும் புறமொன்றும்) கடைப்பிடித்தல்- இவையெல்லாம் இயற்கையாக உள்ள ரக்தஸஞ்சாரவேகத்தை அதிகப்படுத்துகின்றன. முடிவுபெறாத நவநாகரிக வாழ்வுச் சுழலில் இவ்வித நெருக்கடிகள் அதிகமாவதால் சரீரத்திலுள்ள ஒவ்வாரு ரக்தவஹஸிரைகளும் இந்நெருக்கடியின் பலனை அனுபவிக்கின்றன.

நமது மதிப்புக்குரிய நவநாகரிக உலகத்தின் ஆகாரநியமங்களைப் பற்றி சற்று சிந்திப்போம். இதன் உண்மை உருவம் நமது சாஸ்திரங்களில் காணப்படும் பின்வரும் சுலோகங்களைக் கவனித்தால் நன்கு விளங்கும்.

* आयुः सत्वबलारोग्यसुखप्रीतिविवर्धनाः ।
रस्याः स्निग्धाः स्थिरा हृद्या आहाराः सात्विकप्रियाः ॥

"ஸத்வகுணமுள்ள மனிதனுக்கு ஆயுள், ஸத்வம், பலம், ஆரோக்யம், சுகம், திருப்தி இவைகளை அதிகப்படுத்துவதாகவும், சத்து மிகுந்ததாயும், ஸ்நிக்தமாயும், திடமளிப்பதாயும், ஹிருதயத்திற்குப் பிடித்தமாயுமுள்ள ஆஹாரத்தில் விருப்பமிருக்கும்.

* कट्वम्ललवणात्युष्णतीक्ष्णरूक्षविदाहिनः ।
आहारा राजसस्येष्टा दुःखशोकामयप्रदाः ॥

"ரஜோகுணமுள்ள மனிதனுக்கு உரைப்பு, புளிப்பு, உப்பு, அதிகச் சூடு, காரம், வரட்சி, விதாஹம் இக்குணமுள்ளதும் துக்கம் சோகம் நோய் இவைகளை அளிப்பதாயுமுள்ள ஆகாரத்தில் விருப்பமிருக்கும்."

* यातयामं गतरसं पूति पर्युषितं च यत् ।
उच्छिष्टमपि चामेध्यं भोजनं तामसप्रियम् ॥

"தமோ குணமுள்ளவனின் ஆகாரம், பாதி சமைக்கப்பட்டதும், சுவை மாறியதும், அழுகியதும், நாட்பட்டதும், பிறர் உண்டு மிஞ்சியதும், அசுத்தமானதுமாக இருக்கும்."

---

* பகவத்கீதை 17-வது அத்யாயம்.

மிக முன்னேற்ற மடைந்ததாகக் கருதும் நவநாகரிகமனிதனின் ஆகாரம் ராஜஸமாகவோ தாமஸமாகவோ தான் உள்ளது. அதிகமான மாமிச சத்து சேர்ந்ததும் டின்னில் அடைக்கப்பட்டு Preservatives– களால் பாதுகாக்கப்பட்டதும் மேலும் வீட்டிலிருந்து ஆகாரம் கிடைக்க முடியா நிலையிலுள்ள பலருக்கு ஹோட்டல்களிலிருந்து கிடைக்கும் ஆகாரமும் இத்தகையதே. நமக்குத் தற்காலம் கிடைக்கும் ஆகார வகையெல்லாம் அனேகமாக அழுகும் தன்மை பெற்றவையாகவே இருக்கின்றன. இது உடனே ஜீர்ணவேலையை துரிதப்படுத்தியும், ரச்த அழுத்தத்தை அதிகப்படுத்தியும் மலபந்தத்தையும் அதனுல் மலத்திலுள்ள விஷம் சரீரம் முழுவதும் பரவுதலையும் ஏற்படுத்தி மனதின் நடு நிலைமையைக் குலைத்து உத்வேகம், கோபம், பயம், நெருக்கடி இவைகளை உண்டாக்கி மனோநிலையைப் பெரிதும் தடுமாறச் செய்கின்றன.

இவையெல்லாம் ரத்த அழுத்தம் அதிகமாகக் காரணமாகின்றன.

ஆகார நியமம் :— எவ்வகையான மாமிச உணவும் முட்டைகளும் அறவே ஒழிக்கப் படவேண்டும். க்ஷய நோயுள்ளவர்கள்கூட மாமிச உணவினுலும் முட்டைகளினுலும் அதிக பயனைப் பெறுவதில்லை. ரத்தக் கொதிப்புள்ளவர்களுக்கோ இவ்விரண்டும் மிகக் கெடுதிகளை விளைவிக்கும். அவை உத்வேக மூட்டுபவையாகவும் ஹிருதயம், விருக்கம் (மூத்திரக்குண்டிக்காய்) இவைகளை பாதிப்பவையாகவும், எப்பொழுதும் உணர்ச்சி வசமாக்குபவையாகுமிருக்கும். மனப்பான்மையில் ஏற்படும் குழப்பம். அந்நோயாளியைப் பெரிதும் பாதிக்குமாதலால் மாமிச உணவை அறவே நிறுத்தவேண்டும். பாலிலும் மற்ற காய்கறிகளிலும் உள்ள புரதசத்தைக் காட்டிலும் மாமிச உணவிலுள்ள புரத சத்து மிகக் கெடுதி விளைவிக்கின்றது. எளிதில் ஜீர்ணமாகக் கூடியதும், உத்வேகமளிக்காததுமான சாந்தி அளிக்கும் ஆகாரம் அவனுக்கு ஏற்றது. சரியான நேரத்தில் மிதமான அளவில் சாப்பிடுவது மிகவும் அவசியம். உப்பை அறவே தள்ளுவது அவசியமல்ல. ஆனுல் சாதாரண உப்புக்குப் பதில் இந்துப்பு ஏற்றது. மலப்போக்கு சரியாக இருக்கவேண்டும். மலபந்தம் ஏற்படவே கூடாது. எல்லாவற்றையும் விட முக்கியமானது மனதிற்கு நம்பிக்கையும் சாந்தியும்

அதனால் முழுநேரம் படுக்கையிலோ வேறுவிதமாகவோ ஓய்வு எடுத்துக் கொள்ளச் சொல்வது அவர்களை தன் நிலைமையைப் பற்றி அதிகமாகக் கவலைப்படச் செய்யும். உடலுக்கு ஓய்வு அவசியமெனினும் பொதுவான லகுவான காரியங்களில் ஈடுபடுவதும் அவசியமே. நோயாளியை வியாதி நிலையைக் குறித்து அதைர்யப் படச் செய்யக்கூடாது. நம்மாலியன்றவரை அவனுக்கு தைரியமும் ஊக்கமுமளிக்கவேண்டும். சிகிச்சையின் பலன் தைவத்தின் கையிலிருக்கிறது.

வைத்யச் செய்திகள் :

தமிழ்நாடு ஆயுர்வேத மஹாமண்டலம்—நிர்வாஹ ஸமிதிக் கூட்டம்.

சென்ற 19—9—54 ஞாயிறு பிற்பகல் திருச்சியில் திருச்சி ஆயுர்வேதிக் யூனியன் கட்டடத்தில் மஹாமண்டலத்தின் அவஸர நிர்வாஹ ஸமிதிக்கூட்டம், வைத்தியசந்திரிகை ஆசிரியர் பண்டித ஸ்ரீ. ஸுந்தரராஜாசார்யர் அவர்கள் தலைமையில் நடைபெற்றது. சமீபத்தில் சென்னை அரசாங்க இந்தியவைத்தியக் கல்லூரியில் சில முக்கிய ஆயுர்வேத அங்கங்களுக்கான பாடங்களை அறவே நீக்கியும், ஆயுர்வேதத்திற்குள்ள படிப்பு நேரத்தைக் குறைத்தும், அலோபதி வைத்யமுறைக்குள்ள படிப்பு நேரத்தை அதிகப்படுத்தியும், அமுலுக்கு வந்துள்ள படிப்புமுறை ஆயுர்வேதத்தின் வருங்கால நிலையைப்பெரிதும் பாதிக்கக்கூடியதாக அமைந்திருப்பதையும் கண்டித்து இவ்வித துர்தசை மேலும் நேராதிருக்க அடிப்படையான கொள்கை விஷயத்தில் அரசாங்கம் கையாளவேண்டிய வழிகளைப் பற்றி ஆலோசனை கூறுவதைப் பிரதானமான விஷயமாக இக்கூட்டம் ஆலோசித்தது.

ஆயுர்வேதத்தின் திரவ்யகுணம், ரஸசாஸ்திரம், ஸ்திரீரோகம், பிரஸவதந்திரம் முதலிய சில அங்கங்களில் படிப்பு போதனை அனுவசியமென அரசாங்கக் கல்லூரி அதிகாரிகள் நிர்ணயித்துள்ளது பற்றி மண்டலம் தனது வருத்தத்தைத் தெரிவித்தது. ஏற்கெனவே ஆயுர்வேதத்தில் ஆழ்ந்த அபிமானமும்,

அதன் முன்னேற்றத்தில் ஆவலும் உற்சாகமுமற்ற மாற்றுந் தாய் மனப்பான்மைகொண்ட அலோபாதி வைத்யர்களைப் பிரதான நிர்வாஹிகளாக நியமித்ததாலேயே ஆயுர்வேதம் இன்னமும் ஸ்திரமான ஸ்தானத்தைப்பெற முடியவில்லை; இந்நிலை மேலும் நீடித்திருப்பதுடன், மாற்றுந்தாய் மனப்பான்மைகொண்ட அவ்வதிகாரிகளின் நிர்வாஹத்தில் இவ்விதம் ஒவ்வொரு அங்கமும் அனுவசியமாகக் கருதப்பட்டு புறக்கணித்து வருவது இந்தியவைத்தியத்தின் அபிவிருத்தி என்ற ஒரே நோக்குடன் ஆரம்பிக்கப்பட்டதும், இந்திய வைத்தியத்திற்கான சகல அதிகாரங்களும் சலுகைகளும் பெற்ற ஒரே ஸ்தாபனமானதுமான இக்கலாசாலையின் லக்ஷ்யத்திற்கு விரோதமானதென வற்புறுத்தி, அரசாங்கம் இக்கலாசாலை விஷயமாக கடைப்பிடிக்கவேண்டிய நிர்வாகக் கொள்கையைப் பற்றிய ஆலோசனைகளைக் கீழ்க்கண்ட தீர்மானம் மூலம் அளிக்கிறது.

தீர்மானம் :—

இந்தியவைத்தியப் படிப்புமுறை, அபிவிருத்தி விஷயமாக அவைகளின் அபிவிருத்திக்கு சரியான வழியைக் காட்டும் மஹாமண்டலத்தின் கீழ்க்கண்ட ஆலோசனைகளை சென்னை அரசாங்கம் ஆராய்ந்து ஏற்குமாறு பிரார்த்திக்கின்றது.

(1) இந்தியவைத்திய இலாகா டைரெக்டர், அரசாங்கக் கல்லூரி பிரின்ஸிபால், டீன், மற்றும் அம்மாதிரியான இலாகாக்களின் தலைமை அதிகாரிகள் எல்லோரும் இந்திய வைத்தியத்தில் தனிப்பட்ட தேர்ச்சி பெற்றவர்களாகவே இருக்கவேண்டும். அலோபாதி வைத்யர்களாக இருக்கவே கூடாது.

(2) போதன திட்டமும் பாடங்களும் :—

இவை சுத்தமான ஆயுர்வேதரீதியில் அமைக்கப்படவேண்டும். தனிப்பட்ட அலோபாதி வைத்ய அம்சங்கள், அவ்விதமே போதிக்கப் படக்கூடாது. ஏதாவது அலோபாதி அம்சங்கள் ஆயுர்வேதத்தில் காணப்படாமல், அலோபாதி வைத்ய முறையிலிருந்து சேர்க்கப்பட வேண்டியவை என்று ஏற்பட்டால், அவை இந்திய வைத்ய ஆராய்ச்சிக் கழகத்தில் ஆயுர்வேதரீதியில் பரிசீலனை செய்யப்பட்டு, ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட பின்னர் ஆயுர்வேதரீதியில் போதிக்கப் படவேண்

டுமே தவிர தற்சமயமுள்ளவாறு, அதற்கு முன்னர் அவ்விதம் ஆராயப் படாதவைகளை போதிக்கக் கூடாது.

நல்ல ஆயுர்வேத வைத்யர்கள் மாத்திரம் அடங்கிய (அலோபதி வைத்யர் கலப்பற்ற) அங்கத்தினர் கொண்ட குழு ஒன்று அகிலபாரத ஆயுர்வேத வித்யாபீடத்தின் பாட திட்டத்தையும் சென்னை ஸர்வகலாசாலையின் ஆயுர்வேத சிரோமணி, ஆயுர்வேத டிகிரிப்படிப்பு இவைகளின் பாட திட்டத்தையும் ஆராய்ந்து ஒரே பாடமுறையாக வகுக்க உடனே அமைக்கப்பட வேண்டும். அவ்விதம் ஏற்கப்படும் பாட முறை அடுத்த கல்வி வருஷத்தில் (ஜூலை 1955) அமுலுக்கு வரவேண்டும்.

(3) சித்தம் ஆயுர்வேதம் யூனானி என இன்று பிரிக்கப்பட்டுள்ள மூன்று வைத்ய சாஸ்திரங்களும் அடிப்படைத் தத்துவங்களிலும் அதன் விஸ்தாரத்திலும் ஒரு வகைப்பட்டதாகையால், இம்மூன்று சாஸ்திரங்களையும் முதலில் ஒன்ருக இணைக்க வேண்டும். இவைகளுக்கான பரிபாஷைச் சொற்களை ஆயுர்வேத மூல க்ரந்தங்களில் உள்ளவாறு ஏற்றுக்கொண்டு, அதன் விவரணத்தைப் பாடத்திட்டத்திற்கேற்ப அந்த அந்த பிரதேசமொழிகளில் நூல்களாக இயற்ற வேண்டும். ஒவ்வொரு பாஷாவாரி பிரதேசத்திலும் ஒரு கலாசாலை ஏற்படுத்த வேண்டும்.

(4) தற்சமயம் சென்னையிலுள்ள அரசாங்கக் கல்லூரியின் தரத்தை உயர்த்தி அதன் சார்பில் இயங்கும் ஒரு ஆராய்ச்சிக் குழுவையும் ஏற்படுத்தி, அதில் முதலில் முக்ய விஷயங்களான அடிப்படைத்தத்துவங்கள், படிப்புமுறை அமைப்பு, புதிய புத்தகங்கள் எழுதுதல் போன்றவைகளின் ஆராய்ச்சியில் கவனம் செலுத்த வேண்டும். தற்போதுள்ளவாறு அலோபதி வைத்ய முறையில் அனுவசியமான மருந்துச் சரக்குகள் ஆராய்ச்சியில் இறங்கக் கூடாது.

நிர்வாஹ ஸமிதி கீழ்க்கண்ட விஷயங்களைப் பற்றியும் ஆலோசித்துத் தீர்மானங்கள் நிறைவேற்றியது.

தீர்மானம் 2 :— ஆஸவாரிஷ்டங்கள் பொதுவான போதை ஊட்டும் மதுபோன்று அருந்தத் தகாத மருந்து வகையைச் சேர்ந்தவையாதலால், அவைகளுக்கு எக்ஸைஸ் தீர்வை விதிப்பு மசோதாவிலிருந்தும் விலக்கு அளிக்குமாறு இந்திய மத்திய சர்க்காரைக் கோரத் தீர்மானிக்கப் பட்டது.

தீர்மானம் 3 :— இரண்டாவது ஐந்தாண்டுத் திட்டத்தில் கூட ஆயுர்வேதாபிவிருத்திக்கான திட்டங்கள் இடம்பெரு திருப்பதைக் கண்டு மஹாமண்டலம் தமது வருத்தத்தைத் தெரிவிப்பதுடன், இந்தியமக்களின் சுகாதாரம் ஆயுர்வேதத்தின் உதவியில்லாமல் ஸ்திரப்படாதாகையால் அதன் அபிவிருத்திக்கான திட்டங்களைச் சரியான முறையில் வகுத்து இரண்டாவது ஐந்து ஆண்டுத் திட்டத்தில் அவைகளை இடம்பெறச் செய்யுமாறு மத்தியசர்க்காரின் திட்ட—அபிவிருத்தி இலாகா அதிகாரிகளைப் பிரார்த்திக்கத் தீர்மானிக்கப் பட்டது.

தீர்மானம் 4 :— அப்யுதயகேந்திரங்கள் ஆங்காங்கு நிறுவப்பட்டு மக்களிடையே ஆயுர்வேத விஷயமான பிரசாரம் செய்வது மிகவும் அவசியமானதால், வைத்யர்கள் ஆங்காங்கு அப்யுதயகேந்திரம் நிறுவி மஹாமண்டலத் தலைமைக் காரியாலயத்துடன் தொடர்பு வைத்துக் கொள்ளுமாறு கேட்டுக் கொள்ளத் தீர்மானிக்கப் பட்டது.

இவ்விஷயமாக அகிலபாரத ஆயுர்வேதமஹாஸம்மேளனத் தலைவர் அவர்களுக்கும் மற்ற நிர்வாகிகளுக்கும் கடிதப்போக்குவரத்துச் செய்து ஆவன செய்ய பொதுக்காரியதர்சிக்கு அதிகாரமளித்துக் கூட்டம் கலைந்தது. இக்கூட்டத்தில் திருச்சி ஆயுர்வேதஸபையும் கலந்து கொண்டு இத் தீர்மானங்களை தனது சார்பிலும் பிரேரேபித்து ஏற்றுக் கொண்டது.

திருச்சி ஆயுர்வேதசபை—மாதாந்தரக் கூட்டம் :—

ஸபையின் மாதாந்தர தத்வித்யா ஸப்பாஷா பரிஷத் கூட்டம் **19—9—54** ஞாயிறு பிற்பகல் திருச்சி ஆயுர்வேதிக் யூனியன் கட்டடத்தில் கரூர் வைத்யவிசாரத ஸ்ரீ R. V. ராமஅய்யர் அவர்கள் தலைமையில் நடைபெற்றது. திருச்சி வைத்யவிசாரத எஸ். வி. ராதாகிருஷ்ணசாஸ்திரி அவர்கள் "ஸந்தாகல்பம்—கால்ஷியத் தயாரிப்புகள்" என்ற விஷயத்தைப் பற்றி ஆராய்ச்சி மிகுந்த ஓர் உபன்யாசத்தைச் செய்தார்கள். ஆயுர்வேதவைத்யர்கள் கையாளும் கால்ஷியத் தயாரிப்புகள் மற்ற வைத்ய முறைகளின் கால்ஷியத் தயாரிப்புகளைக் காட்டிலும் தாழ்ந்தவைகளல்ல என்பது மட்டுமல்லாமல், மற்ற வைத்யமுறைகள் புகுந்தறியாத பல்வேறு வழிகளிலும் அவை நல்ல சிறப்பான குணங்களுடன் அனுபவத்

தில் கையாளப்படுகின்றன— என்பதை நன்கு தெளிவு படுத்தினார். பின் நடந்த சர்ச்சையில் எல்லோரும் பங்கெடுத்துக்கொண்டனர். தலைவர் அவர்களின் முடிவுரைக்குப் பின் கார்யதர்சி ஸ்ரீ T. S ஈசுவர அய்யர் அவர்கள் வந்தனோபசாரம் செய்தார்.

இந்திய வைத்தியக்கல்லூரியில் ஆயுர்வேதத்தின் எல்லா அங்கங்களையும் போதிக்குமாறு கோரிக்கை. சென்னைப்பிரதமரிடம் தூதுகோஷ்டி :—

ஸ்ரீமான்கள் கே. பாலஸுப்ரமண்ய அய்யர் அவர்கள், என். கோபாலமேனன், வைத்ய சங்குண்ணிமேனன், வைத்யரத்ன எம். துரைஸாமி அய்யங்கார், ஆயுர்வேதாசாரிய ஏ. ராமன் இவர்கள் அடங்கிய தூதுகோஷ்டி சென்னைப் பிரதமர் ஸ்ரீகாமராஜ் அவர்களைப் பேட்டி கண்டு கீழ்க் கண்ட விஷயங்களைப் பற்றிய மஹஜர் ஒன்றை ஸமர்ப்பித்தது.

இந்திய வைத்யப் பாடசாலை 1947-ம் வருஷத்தில் கல்லூரியாக மாற்றப்பட்டபொழுது, ஆயுர்வேத வைத்ய நிபுணர்களும் அலோபதி வைத்ய நிபுணர்களும் அடங்கிய ஒரு கமிட்டி பாடத்திட்டத்தை வகுத்தது. சிறிது காலத்திற்கு முன் பாடத் திட்டத்திலிருந்து சில பகுதிகள் விடப்பட்டு, ரஸதந்திரமும், திரவ்ய குண விக்ஞானமும் ஒன்று சேர்க்கப்பட்டன.

அலோபதி படிக்க அதிக நேரம்

தவிர ஆயுர்வேத முறையைப் படிப்பதற்கான நேரம் 2130 மணியிலிருந்து 1917 மணியாகக் குறைக்கப்பட்டது. ஆனால் அலோபதி முறையைப் படிப்பதற்கு மாத்திரம் 3955 மணி காலம் ஒதுக்கப்பட்டுள்ளது. இப்படி இருந்தால் இதை ஆயுர்வேதம் போதிக்கப்படும் கல்லூரி என்று எப்படி சொல்வது?

ஆஸ்பத்திரியில் மிகவும் உபயோகமுள்ள பகுதியாகிய பஞ்சகர்மா வார்டை சென்ற வருஷம் சர்க்கார் ரத்து செய்துவிட்டனர். நோயாளிகளுக்கு மாத்திரமின்றி, மாணவர்கள் நேரடியான பயிற்சி பெறுவதற்கும் இப் பகுதி சென்ற 25 வருஷமாக பெரிதும் பயன்பட்டு வந்தது.

இன்னமும் வருந்தத் தக்க மாறுதல்கள் சமீபத்தில் செய்யப்பட்டிருப்பதாக அறிகிறோம். ஆயுர்வேதத்தில் ஸாங்க்யம் முதலிய பகுதிகளையும், ஆயுர்வேத வைத்யசாலைக்கான ப்ரத்யக்ஷப் பயிற்சியையும் விடுமாறு சர்க்கார் உத்தரவிட்டிருப்பதாகத் தெரிகிறது. இதன் விளைவாக இக் கல்லூரியில் அலோபதி வைத்ய முறையே பிரதானமாக விளங்கும். மாணவர்கள் அலோபதி வைத்ய முறையைக் கற்க விரும்பினால் அவர்கள் நவீன வைத்ய கல்லூரிகளில் சேர்ந்து படிக்கலாம். அதற்கு இந்தக் கல்லூரியில் சேர வேண்டியதில்லை. நாட்டு வைத்ய போதனைக்காக ஏற்பட்டுள்ள இந்த ஒரே கல்லூரியை அலோபதிக் கல்லூரியைப் போல் மாற்றுவது விரும்பத் தக்கதல்ல— என்று தூது கோஷ்டியினர் சமர்ப்பித்த மகஜரில் குறிப்பிடப் பட்டிருக்கிறது.

விவாதத்தின் போது சுகாதாரமந்திரி ஸ்ரீ ஏ. பி. ஷெட்டியும் பிரசன்னமாகவிருந்தார்.

ஸ்ரீரங்கம் ஸ்ரீ லக்ஷ்மீ ப்ரஸந்ந வெங்கடேச ஆயுர்வேத தர்ம வைத்யசாலை, ஸ்ரீரங்கம்.

ஷை வைத்யசாலையில் தினந்தோறும் காலை மணி 8 முதல் 10 வரையிலும் மாலை மணி 4 முதல் 5 வரையிலும் நோயாளிகளை நன்கு பரிசோதித்து சிறந்த ஆயுர்வேத மருந்துகள் இலவசமாக அளிக்கப்படுகிறது.

ஸெப்டம்பர் மாதத்தில் சிகிச்சை பெற்றவர்களின் எண்ணிக்கை.

ஆண்கள்	1639	4824
பெண்கள்	1513	
சிறுவர்	1672	

நிர்வாஹஸ்தர்,
M. V. கிருஷ்ணமூர்த்தி,
B. A. B. L. அட்வகேட்,
ராயபாளையம்எஸ்டேட்.

பி. ஸி. ஜி. ! .... ?

[பி. ஸி. ஜி—என்னும் க்ஷயரோகத் தடுப்பு மருந்தைப் பற்றிய பிரசாரம் அதிக அளவில் நடந்து வருவதும், அதற்கு அரசாங்கம் ஆதாவளித்து ஊக்கமளிப்பதும் அனைவரும் அறிந்த விஷயமே. விஜ்ஞானத்தில் வளர்ந்ததாகச் சொல்லிவரும் நவீனமாக உண்டாகும் ஒவ்வொரு மருந்தும் முதன் முதலில் மிக உயர்தர மருந்தாக வெளிவந்து நாளடைவில் சில ஆராய்ச்சி அனுபவத்துக்குப் பின் குறிப்பிட்ட மருந்து அவ்வளவு உயர்ந்ததல்ல என்ற முடிவுக்கு வருவதைப் போலவே இந்த அற்புதநிவாரணியைப் பற்றி வெளிவரும் விசித்திர விநோதங்களையும் அனைவரும் அறியவேண்டியது அவசியமாதல் பற்றி, நவீன ஆராய்ச்சியில் திளைத்து வெளிவந்த ஆலோபாதிக் வழியில் மிக பிரஸித்தரான ஓர் டாக்டர் தக்க ஆதாரத்துடன் எழுதுவதை அப்படியே கீழே தருகிறோம். விஜ்ஞான ஆராய்ச்சியின் முடிவு என்னகிறது? இவர்கள் கூறும் விஜ்ஞான வளர்ச்சியில்லாத ஆயுர்வேதமொருபுறமிருக்க, அதிக விஜ்ஞான வளர்ச்சியுள்ள நூதன பரயோகங்களின் கதி எப்படி? என்பதை வாசர்கள் நன்கு முடிவு செய்து கொள்ளலாம். —ஆசிரியர்.]

டாக்டர் ஏ. ஸ்ரீனிவாஸன் எம். ஆர். சி. பி. (லண்டன்) எம். எல். ஸி சென்னை எழுதுகிறார்.

சென்னை சட்ட சபை அங்கத்தினர்களும் பி ஸி. ஜி. ஊசி மருந்தின் பயனைப்பற்றி அறிய ஆவலுள்ளவர்களாயிருக்கிறார்களென்று தெரிகிறது. சிலர் அதைப் பற்றிச் சட்டசபையில் சில கேள்விகளும் கேட்டார்கள். சுகாதார அமைச்சர் ஸ்ரீ ஏ. பி. ஷெட்டி அந்தக் கேள்விகளுக்கு விடைகளையும் அளித்தார். அவருடைய விடைகளிலிருந்து ஒன்று திண்ணமாய்த் தெரிகிறது. அதாவது, நம் நாட்டுப் புறத்தில் ஏறக் குறைய ஒரு கோடி மக்களின் நன்மையைக் கருதி அவர்களுக்கு க்ஷயரோகம் பிடிக்காதபடி தடுப்பு முறையாக பி. ஸி. ஜி. ஊசி மருந்தை அவர்கள் உடலில் பாய்ச்சப் போகிறார்களாம்! அதற்கு ஒரு பெரிய திட்டமொன்று போட்டிருப்பதாகவும் சொன்னார்.

பி. ஸி. ஜி. என்றால் என்ன ?

பி. ஸி. ஜி —பி. ஸி. ஜி. என்று அதிகார வர்க்கம் பறை சாற்றி வருகிறது. பி. ஸி. ஜி. என்றால் என்ன ? என்பது மட்டும் மக்களுக்குத் தெளிவாய்த் தெரியப் படுத்த வில்லை. காரணமும் விளங்க

வில்லை. மர்மமும் தெரியவில்லை. சுருக்கமாகச் சொல்லுமிடத்து பி. ஸி. ஜி. பதனிட்ட க்ஷயரோகக் கிருமிகள் என்றே சொல்ல வேண்டும். அது ஒரு தனி முறையில் பக்குவம் செய்யப் பட்டிருக்கிறது. அதாவது க்ஷயரோகக் கிருமிகளைப் பிடித்து, அதன் வீரியத்தை அடக்குவதற்காக ஏறக்குறைய 230 தலைமுறையாகத் தக்கபடி பக்குவம் செய்த தனி மருந்து. அதை அம்முறையில் பதனிட்டுப் பக்குவப் படுத்தியதன் பயனாக பதனிட்ட க்ஷயரோகக் கிருமிகள் க்ஷயரோகத்தையே உண்டுபண்ணுமென்று ஒரு சாரார் நம்புகிறார்கள். இன்னொரு சாரார் பதனிட்ட அக்கிருமிகள் உடலிற் புகுந்ததும் அங்குள்ள சூழ் நிலைக்குத் தக்கபடி வீர்யமும் முற்றி க்ஷயரோகத்தையே உண்டு பண்ணி விடும் என்கின்றனர்.

நமது சுகாதார அமைச்சர் கேள்விகளுக்கு விடையளித்து வருகையில், ஏதோ இரணடொரு வைத்தியர்கள் மாத்திரம் பொதுவாக மக்களுக்கு பி. ஸி. ஜி. ஊசி குத்துவதை மறுத்து வருவதாகச் சொன்னார்கள். அப்படிச் சொல்வது உண்மைக்கு நேர் விரோதம். கட்டுரையை நீள விரிக்காமல் எவரும் மறுக்க முடியாத ஒரே ஒரு மேற்கோளை மட்டும் இங்கு எடுத்துக் காட்டுகிறேன்.

ஆங்கிலம் பேசும் நாடுகளிலே சத்திய வேதம் போல் கருதப் பட்டு வருகின்ற **டாக்டர் எப். டபிள்யூ பிரைஸ்** எழுதிய **அனுபவ மருந்து** என்னும் அரிய நூல் இதைப்பற்றி என்ன சொல்கிறது? பதனிட்டு பக்குவப் படுத்திய க்ஷயரோகக் கிருமிகள் ஊசி வழியாய் உடம்பில் ஏறியதும் அக்கிருமிகள் இழந்த பலத்தை மீளப் பெற்று க்ஷயரோகத்தையே விளைவித்து விட இடமிருக்கிறது.

தவிர பாமர், . அண்டெர்ஸன், என்னும் அமெரிக்க டாக்டர்கள் அமெரிக்க நாட்டின் பொதுச் சுகாதார அதிகாரிகள், சில ஆண்டுகட்கு முன்பு அமெரிக்கா எலும்புருக்கி நோய்ச் சங்கத்தின் ஆண்டு விழாவில் என்ன சொன்னார்கள்? என்பதை மக்கள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

"பக்ஷபாதமில்லாமல் பி. ஸி. ஜி. மருந்தைப் பற்றி அபிப்பிராயம் சொல்ல வேண்டுமானால், அந்த மருந்தைப் பற்றிய வாதமும், சிறப்பும், இன்னும் உறுதிப்படவில்லை. நேற்று அந்த மருந்தைப் பற்றியிருந்த சாதக பாதகங்கள் தாம் இன்றும் இருக்கின்றன."

"பி. ஸி. ஜி. மருந்தின் உபயோகம் எப்படி இருந்தாலும் ஒரு தனி மனிதனுக்கோ மக்கள் தொகுதிக்கோ எலும்புருக்கிநோய் வாராமல் தடுப்பதற்கு இது சரியான உயர்ந்த முறையில் அமைந்துள்ள மருந்து என்பதில் எவருக்கும் நம்பிக்கையில்லை என்பது தான் இம் மருந்தின் துணிவான முடிபு."

நிற்க: 1951-ம் ஆண்டில் வெளியான இன்னொரு அமெரிக்க அறிக்கை :–

"பி. ஸி. ஜி. மருந்து நல்ல தடுப்பு மருந்தென்று சொல்வதற்கு எத்தகைய ஆதாரங்களும் இல்லை. எலும்புருக்கி நோயைத் தடுக்க இந்த மருந்தை ஊசியால் குத்தவேண்டும் என்பது மோஹத்தையோ அல்லது மயக்கத்தையோ அடிப்படையாகக் கொண்டது" என்று கூறுகிறது.

இன்னும் இந்த பி. ஸி. ஜி. ஊசிமருந்து ஆராய்ச்சிநிலையில் தான இருக்கிறது. அதன் பயனையும் அதன் மாறுன பயனையும் கடுமையான முறையில் ஆராய்ச்சி செய்து பார்த்ததின் பின்பு தான் அதைப் பெருவாரியாகப் பொது மக்களுக்குக் கொடுக்க வேண்டு மென்று விஞ்ஞான முறையில் நம்பிக்கையுள்ள பெரியபெரிய வைத்திய நிபுணர்கள் எச்சரித்திருக்கிறுர்கள். அதே எச்சரிக்கையைத் தான் நமது **சாம்பவான் தந்வந்த்ரி டாக்டர் எம் ஆர். குருஸ்வாமி முதலியார்** அவர்களும் அச்சமின்றி ஆதரித்தார்கள். அந்த எச்சரிக்கையில் நானும் பங்கெடுத்துக்கொள்ள எனக்கு வாய்ப்பும் பேறும் கிடைத்தன. உண்மை இதுவாக, ஏதோ ஒருவர் இருவர் மறுக்கின்றனர்—என்று அமைச்சர் கூறியது முழுப் பூசிணிக்காயைச் சோற்றில் மறைப்பதாகும்.

அண்மையில் கிடைத்த ஆதாரம் எவரையும் திகைக்கச் செய்கிறது! எவரையும் துணுக்குறச் செய்யும் அவ் வுண்மை எது? அதுதான் 1954–ஆம் ஆண்டு ஜூன் மாதம் 5உ வெளியான உலகப் பிரசித்தி பெற்ற லான்செட் பத்திரிகையின் அறிக்கை. அவ்வறிக்கை தான் "பி. ஸி. ஜி. மருந்தைக் குத்திக் கொண்டால் உடம்பில் குழிப் புண்கள் உண்டாகும். அக் குழிப் புண்களிலிருந்து கசியும் புண்ணீரிலிருந்து எடுக்கப்பட்ட க்ஷய ரோகக் கிருமிகளுக்கும் பதனிடப்பட்ட பி. ஸி. ஜி. என்று சொல்லப்படும் மருந்திலுள்ள கிருமிகளுக்கும் எந்த வகையிலும் வேற்றுமை இல்லையாம்" என்பது.

"இந்த மருந்தைக் குத்திக்கொள்வதால் உடல் உறுப்புகள் ஓரளவுக்குச் சுரணை தப்பி வேலை செய்வதில்லை. அப்படி ஏற்படு

வது சிறு பான்மை என்றாலும் அந்த மருந்தால்தான் அது வந்த தென்பதை எல்லோரும் அறிய வேண்டியது அவசியம். பி. ஸி. ஜி. மருந்தைக் குத்திப் பாய்ச்சுகின்றவரும், சிபாரிசு செய்கின்ற டாக்டர்களும், இதை அறிய வேண்டுமென்று" 'அம்மை விசாரகன்' என்னும் பத்திரிகை சரியான சூடு கொடுத்திருக்கிறது.

சூழ் நிலையும் க்ஷயரோகமும்

பி. ஸி. ஜி. யை ஒரு தடுப்பு மருந்தாகச் சிபாரிசு செய்கிறவர்கள் கூட இந்த நோயைத் தடுப்பதற்கு மக்களின் சூழ் நிலைச் சுகாதாரம்தான் முதன்மையானது என்ற பல்லவியைத் திரும்பத் திரும்பப் பாடிக்கொண்டே யிருக்கிறார்கள். நமது அமைச்சரும் அந்தப் பல்லவியைப் பாடச் சளைக்க வில்லை. பேச்சளவில் சூழ்நிலைச் சுகாதாரத்தைப் பற்றி அண்டகோளம் பிளக்கப் பேசினார்களே யன்றி செயல் முறையில் இன்னும் எதையும் செய்யவில்லை. சூழ் நிலைச் சுகாதாரக் கேட்டில் இருந்து கடப்பாறையை விழுங்கி வருந்தும் நம் மக்களுக்கு பி. ஸி. ஜி. என்னும் சுக்குக் கஷாயத்தைக்கொடுத்து அவர்கள் வருத்தத்தை நீக்கப் போகிறார்களாம்! நடைமுறையில் இது நடக்குமா?

சில மேனாடுகளில் பி. ஸி. ஜி. யினால் க்ஷயரோகமே அழிந்து ஒழிந்து போயிற்றென்று சொல்லுகிறார்கள். அந் நாடுகளின் சுகாதாரச் சூழ் நிலைக்கும் நம் நாட்டுச் சுகாதாரச் சூழ் நிலைக்கும் மலைக்கும் மடுவுக்குமுள்ள வேறுபாட்டை நாம் மறந்துவிடலாமா? மேனாடுகளில் எலும்புருக்கி நோயை அழித்தொழித்தது சுகாதாரச் சூழ் நிலையா? பி. ஸி. ஜி. மருந்தா? என்பதையும் இன்னும் யாவரும் ஆராய்ந்து முடிவு செய்யவில்லை.

உண்மை என்ன?

லக்ஷக்கணக்கான நம் நாட்டு மக்களுக்குப் பி ஸி. ஜி. மருந்தைக் குத்திப் பாய்ச்சினார்கள் நம் சர்க்கார். போதாதென்று கோடிக்கணக்கான மக்களுக்கு மருந்து குத்துவதாகவும் திட்டம் போட்டிருக்கிறார்கள். இது வரைக்கும் இந்த மருந்தைக் குத்திக் கொண்டவர்கள் என்ன பயனை அடைந்தார்கள்? மாறு பயன் உண்டானால் எத்தனை பேர் அதற்கு ஆளானார்கள்? குத்திக் கொண்டவர்களின் உடல் நிலை என்ன? என்னும் செய்திகள் எல்லாவற்றையும் அறிவிக்கும் புள்ளி விவரங்களை அமைச்சர் நமக்குத் தரவேண்டாமா? இதை, அச்சமும் தயவு மில்லாமல் விசாரித்து, அறிக்கை யொன்றை வெளியிட அதிகாரப் பற்றில்லாத தனி வைத்தியர்கள் அடங்கிய கமிட்டி யொன்றை

நியமித்து ஆராய்ச்சி செய்தும் பரீட்சை செய்தும் பார்க்கும்படி ஏற்பாடுகள் செய்யப்பட்டிருக்கின்றனவா? ஒன்றுமில்லை. இந் நிலையில் நாம் செய்ய வேண்டியது இந்த பி. ஸி. ஜி. மருந்தை எல்லா மக்களுக்கும் குத்திப் பாய்ச்சும் அவசரச் செயலை எல்லா வகையாலும் முயன்று மறுத்துத் தடுக்க வேண்டியதுதான். க்ஷயரோகம் அபாயமானது; பி. ஸி. ஜி. அந்த நோயைக் காட்டிலும் அபாயத்தை விளைவிக்கக் கூடும்

பொறுப்பாளி யார்?

பி. ஸி. ஜி. மருந்தால் நன்மை விளையா விட்டாலும் தீமை விளையாதென்றும் சர்க்கார் பிரசாரம் செய்கிறார்கள். தீமை ஏற் பட்டால் ஏற்பட்ட நோயாளிக்கு சர்க்கார் நஷ்ட ஈடு கொடுத்துத் தான் தீர வேண்டும். அப்படி நஷ்ட ஈடு கொடுப்பதாக எழுதி வாங்கிக் கொண்டு அந்த ஓவியமான மருந்தை உடம்பிற் குத் திப் பாய்ச்சட்டும். மக்களே வலுவில்போய் "ஐயர், பி. ஸி. ஜி. மருந்தைக் குத்திப் பாய்ச்சுங்கள்" என்று குத்திக் கொண்டால் அதனால் வரும் தீமைகளுக்கு சர்க்கார் பொறுப்பாளியாக மாட் டார்கள். ஒருவன் இன்னொருவனைப் பார்த்து என் கன்னத்தில் 'பளீர்' என ஓர் அறை கொடு என்றான். அவன் பளார் என அறைந்தான். பற்கள் பொலபொல வென்று கழன்று கீழே விழுந்து விட்டன. பல்லிழந்தவனுக்கு நஷ்ட ஈடு கேட்பதற்கு எத்தகைய உரிமையும் இல்லையல்லவா? அதுபோல சர்க்காரே வலிய மக்களிடம் வந்து குத்திப் பாய்ச்சுவதாயிருந்தால் மக் கள் எதிர் பார்க்கும் தீமைகளுக்காக நஷ்டஈடொன்றை எழுதி வாங்கிக் கொண்டலொழிய இந்த மருந்தின் அருகே செல்ல கன விலும் மக்கள் நினைக்கக் கூடாது.

ஏன் நாட்டுப்புறம்?

நகரங்களினும் கிராமங்களில் ஜன நெருக்கம் அதிகமா? நக ரங்களினும் கிராமங்களில் க்ஷயரோகம் அதிகமா? அப்படி அதிக மானால் அதற்கேற்ப புள்ளி விவரங்கள் உண்டா? ஒரு கால் கிராம மக்கள் ஒன்றும் அறியாத அப்பாவிகள் அங்கே போய் மிரட்டி மீன் பிடிப்பது எளிது; நகரங்களில் நம் பருப்பு வேகா தென்பது கருத்தா? அக்கிராமங்களிலும் மலையாளத்தைச் சிக் கெனம் பிடித்ததற்குக் காரணம் யாது? அங்கேயும் க்ஷயரோகம் அதிகம் என்பதற்கு விவரம் என்ன? தங்கள் நோக்கத்தை நிறைவேற்றிக்கொள்ள கிராம மக்களை ஈக்களாகவும், கொசுக்க ளாகவும் எண்ணுகிறார்களா? எல்லாம் மூடு மந்திரமாயிருக்கிறது. மக்களே! விழிப்புடன் இருங்கள். ஓட மருந்துண்டு; உறங்கி விழா தீர்கள். (தி—ம.

KALIA BROTHERS

(REGD.)

MUSK & INDIAN DRUG MERCHANTS,

JULLUNDUR CITY, PUNJAB.

For Pure Musk, Saffron, Shilajit, Gorochanam, Real Pearls, Vamsa lochan, Ashtavargam, Pachakarpuram, Gold & Silver Leaves, Athivisha & All kinds of Himalayan Herbs and Drugs.

Price list & Catalogue Free on application.

We were awarded a Gold Medal Certificate for

MUSK & SAFFRON

by 39th All India Ayurvedic Congress,

KOTTAKKAL, MALABAR.

கலியா பிரதர்ஸ்

(ரிஜிஸ்டர்டு)

கஸ்தூரி, இந்தியமருந்து சரக்கு வியாபாரிகள்,

ஜலந்தர்ஸிடி, பஞ்சாப். (இந்தியா)

சுத்தமான உயர்ந்த ரக கஸ்தூரி, குங்குமப்பூ, சிலாஜத், கோரோசனம், நல்முத்து, வம்சலோசனம் (மூங்கிலுப்பு), அஷ்டவர்கம், பச்சைக்கர்பூரம், தங்க வெள்ளி இலைகள், அதிவிடயம் மற்றும் நல்ல ஹிமாலய மருந்துச் சரக்குகள் எம்மிடம் கிடைக்கும்.

எங்கள் கஸ்தூரியும் குங்குமப்பூவும்

39-வது அகில இந்திய ஆயுர்வேத மஹாஸம்மேளனத்தில்

(கோட்டக்கல், மலபார்.)

தங்கமெடல் அத்தாக்ஷிப்பத்திரம் பெற்றவை.

கேட்லாக் விலை விபரத்திற்கு எழுதவும்.

KALIA BROS, *Musk Merchants,*
JULLUNDER CITY. (Punjab.)

ஸ்ரீ தந்வந்தரயே நம:

ஆரோக்கியப் பாதுகாப்பில் மனதின் முக்கியத்துவம்.

(வைத்தியவிசாரத, V. B. நடராஜ சாஸ்திரீ, ஆயுர்வேதாசார்ய, திருச்சி.)

மனதின் ஸ்வரூபம், பேதங்கள், கார்யங்கள் எல்லாவற்றையும் எளிதில் எடுத்துரைப்பது கடினம். பிராசீன பாரதத்தில் யோகசாஸ்திரம் என்ற பெயரில் மனதைப் பற்றி விவரணம் செய்ய மகரிஷிகளால் ஒரு பெரிய சாஸ்திரமே இயற்றப்பட்டுள்ளது. இங்கு தேகத்தின் பாதுகாப்பில் மனதைப் பற்றி, பூர்ண கவனம் இன்றியமையாதது என்பதை விளக்க அவசியமான அளவில் சுருக்கமாகக் கூறுகிறோம்.

இங்கு நாம் சரீரம் என்பதால் எப்பொழுதும் உயிருடன் கூடிய சரீரத்தையே கருதுகிறோம்; உயிர் பிரிந்த சரீரத்தையல்ல என்பது எப்பொழுதும் நினைவிலிருக்கவேண்டும். சரீரத்தில் நடைபெறும் எல்லா கார்யங்களும் மூன்று வகையாக பிரிக்கப்படலாம். கர்மேந்திரியங்களால் நடைபெறுபவை, ஞானேந்திரியங்களால் நடைபெறுபவை, இருவகை இந்திரியங்களுடையவும் ஸம்பந்தமின்றி—ஸஹாயமுமின்றி நடைபெறுபவை— என மூன்று விதம். ஒரு விஷயத்தைப் பற்றி முதலில் சிந்தித்தல் (चिन्त्यम्) பிறகு அதன் ஸ்வரூபத்தையும் விசேஷங்களையும் ஆராய்வது (विचार्यम्) அதுபோன்ற மற்றவைகளை ஊஹித்தல் (ऊह्यम्) அடைந்த தெரிந்த தத்துவங்களைத் தியானித்தல் (ध्येयम्) அதற்கு வேண்டிய வழியில் உறுதியாக ஸங்கல்ப்பித்தல் (सङ्कल्प्यम्) ஆகிய இந்த ஐந்துவித கார்யங்களும் ஞானேந்திரிய கர்மேந்திரிய ஸம்பந்தமின்றி சரீரத்தில் நடைபெறுபவை. மேற்கூறிய ஸகல கார்யங்களும் மனதின் பிரேரணையினால் தான் நடைபெறுகின்றன.

ஆதலால் கர்மேந்திரியங்களுடைய கார்யங்களும் ஞானேந்திரியங்களுடைய கார்யங்களும் ஒழுங்காய் நடைபெற அந்தந்த இந்திரியஸ்தானங்கள் மட்டும் கெடாமல் நன்றாய் இருந்தால்

மட்டில் போதாது; இந்திரியஸ்தானங்களும் சீர் கெடாதிருக்க வேண்டும். இந்திரியங்களைப் பிரேரணை செய்து கார்யங்களைச் செய்விக்கும் தலைவனான மனதும் பரிசுத்தமாயும், திடமாயுமிருக்க வேண்டியது அவசியம். இந்திரியங்களின் உதவியின்றி சரீரத்தில் நிகழும் சிந்தனை, விசாரம், ஊஹம், தியானம், ஸங்கல்பம் ஆகிய மனதின் கார்யங்கள்— உலக வாழ்க்கையில் பிரவிருத்தி மார்க்கத்தில் மட்டும் ஈடுபடும் மனிதருக்குக் கூட எவ்வளவு நேர்மையாகவும் ஸாமர்த்தியமாகவும் நடைபெறுகின்றனவோ அவ்வளவு அம்மனிதர் மேன்மையையும் பெருமையையும் பெறுகின்றனர். ஆகவே, சரீரத்தின் ஆரோக்யப் பாதுகாப்பில் மனதின ஆரோக்யத்தையும் தூய்மையையும் எப்போதும் கவனிக்கவேண்டியது மிகவும் அவசியமாகின்றது. ஆதலால்தான் ஆயுர்வேதத்தில் கூறப்படும் ஸ்வஸ்தவிருத்தங்கள் எல்லாம் ஒவ்வொரு விதத்திலும் சரீரம் மனது— இரண்டினுடையவும் ஆரோக்ய ஸம்பத்தை அடையும்படியான வழிகளையே உபதேசிக்கின்றன.

ஒருவனுக்கு உடல் உறுப்புகள் மட்டும் ஒழுங்காய் இருந்தால் ஸ்வஸ்தன் என்று சொல்லமுடியாது. அந்தக்கரணம் (மனது) தெளிவுடன் பரிசுத்தமாயிருந்தால் தான் அவன் ஸ்வஸ்தன் என்று அழைக்கப்பட அர்ஹதை பெற்றவன் என்ற கொள்கையைக் கொண்டது ஆயுர்வேதம். அப்பேர்ப்பட்ட ஸ்வஸ்தனாக மனிதவர்க்கத்தை ஆக்கவே ஆயுர்வேதம் ஆஹாரம், ஆசாரம், ஔஷதம் எல்லாவற்றையும் உபதேசிக்கின்றது.

இதுவே ஆயுர்வேதத்தின் தனிப் பெருமை. வெளிநாட்டு வைத்திய சாஸ்திரங்களில் சரீராரோக்யத்திற்கு மனதின் தெளிவை வளர்க்கவேண்டும் என்பது இப்பொழுது தான் சிறிது உணரப்படுகின்றது. பல்லாயிரமாண்டுகளுக்கு முன்பே நமது பாரத தேசத்திய ஆயுர்வேதாசார்யர்கள் சரீர கார்யங்களில் மனதின் முக்கியத்துவத்தைக் கண்டறிந்தனர். மனது ஒரு அணுவான திரவ்யமென்றும், அணுவாயினும் அதைக் கெடுக்கவும், கெட்டதைத் திருத்தவும், அதிகத் தூய்மைபெறச் செய்யவும் ஆஹாரங்களாலும், ஆசாரங்களாலும், ஔஷதங்களாலும் ஸாத்தியமென்பதையும் கண்டு பிடித்து, அவைகளை விஸ்தாரமாய் உலகினருக்கு அருளியுள்ளார்கள்.

ரோக லக்ஷணம்.

ஆரோக்கியத்தைக் காப்பாற்ற ரோகத்தைப் பற்றி முதலில் அறியவேண்டியது அவசியம். ஆரோக்யமென்ற பதம் ரோகத்திற்கு எதிரிடையாக ரோகமென்ற பதத்திலிருந்தே பிரயோகிக்கப்படுகின்றது. ஜ்ஞானத்திற்கு எதிர் அஜ்ஞானம் என்று சொல்லப்படுவதுபோல். ரோகம், நோய், பிணி, வியாதி என்று ஒரே அர்த்தத்தை உடைய பர்யாய பதங்கள். ரோகமில்லாதவன் அரோகன். அரோகத் தன்மை ஆரோக்யம்; அதாவது—நோயின்மை ஒருவனுக்கு நோயின்மையை அதாவது ஆரோக்யத்தை இல்லாமல் செய்பவைகள் **ரோகங்கள்** — என்று ரோகத்திற்கு ஒரு வித லக்ஷணம் சாஸ்திரங்களில் சொல்லப்படுகின்றது. ரோகமில்லாமல் செய்வதே ஆரோக்கியம், அதுவே ஸ்வஸ்தத் தன்மையைக் காப்பாற்றும் வழிகளின் பிரதான லக்ஷ்யமாக ஸ்வஸ்தவிருத்தப் பகுதியில் கருதப் படுவதால் ஸ்வஸ்தத் தன்மையை (ஆரோக்கியத்தை) அழிப்பவைகள் ரோகங்கள் என்று ரோகலக்ஷணம் கூறுவது இங்கு பொருத்தமானதே.

रुजन्ति मनः शरीराणि इति रोगाः ।

மனதையும் சரீரத்தையும் தனியாகவோ சேர்த்தோ வேதனையை அநுபவிக்கும்படி செய்பவைகள் ரோகங்களெனப்படும்.

तद्दुःखसंयोगा व्याधय उच्यन्ते ।

சரீரம் மனது ஆத்மா இவை மூன்றும் சேர்ந்திருக்கும் நிலையிலிருக்கும் புருஷனே ஆயுர்வேதத்திற்கு விஷயமாகிறான். அந்தப் புருஷனுக்கு சரீரத்தில், மனதில், ஆத்மாவில் ஏற்படும் துக்கங்கள் கஷ்டங்கள் எல்லாம் வியாதிகள் எனப்படும்.

ரோகத்தின் ஸ்வரூபத்தை வேறுவழியிலும் அறியலாம். ஸ்வஸ்தலக்ஷணம் கூறுங்கால் தோஷங்கள், தாதுக்கள், அக்னிகள், மலங்கள் இவைகளின் அளவுகளும், கிரியைகளும் ஏற்றக்குறைவின்றி ஸமமாயும், ஆத்மா மனது இந்திரியங்கள் பிரஸன்னமாயும் இருக்கவேண்டும் என்று கூறினோம். இவைகள் ஒவ்வொன்றிலும் அல்லது எல்லாவற்றிலும் ஏற்படும் வைஷம்யம் அதாவது சரிசமமற்ற ஒரு நிலையும், ஆத்மா மனது இந்திரியங்களின் கலக்கம், தூய்மையற்ற நிலையும், சரீரத்தில் ரோகம் என்று சொல்லப்படக் கூடியது.

சுருக்கமாக ரோகத்தைப்பற்றி அதன் எதிரிடையான ஸ்வஸ்தத்தன்மையிலிருந்தும், ஸ்வஸ்தத் தன்மையை அதன் எதிரிடையான ரோகத்திலிருந்தும் தான் விளக்கவேண்டியதாகிறது. சரீரத்தில் தாதுக்களுடைய வைஷம்யத்தினல் ரோகமும், ஸாம்யத்தினல் ஆரோக்கியமும் என்ற ஸித்தாந்தத்தை மனதிற் கொள்க.

विकारो धातुवैषम्यं धातुसाम्यमरोगता ।

தோஷ லக்ஷணம்

தோஷங்களுடைய வைஷம்யத்தினல் (சரிசமமற்றதன்மை) வியாதி ஏற்படுகிறது என்றும், ஸாம்யத்தினல் (ஸமநிலை) ஆரோக்ய மேற்படுகிறதென்றும் இருப்பதால், ஆரோக்கியப் பாதுகாப்பு என்பது தோஷங்களை ஸமநிலையில் காப்பாற்றுவதென்றும், வியாதி-ஆரோக்கியம் இருநிலைகளுக்கும் சரீரத்தில் தோஷங்கள் பிரதானமான காரணங்கள் என்றும் நிச்சயமாகின்றது. ஆதலால் வியாதிகளை வராமல் தடுத்துக்கொள்ளுவதற்கும், வந்த வியாதிகளைப் போக்குவதற்கும் சரீரத்தில் தோஷம் என்று கூறப்படும் வஸ்துக்களின் ஸ்வரூப ஞானம் மிகவும் முக்கியமானது.

குறிப்பு:— ஆயுர்வேத சாஸ்திரத்தில், தோஷங்களைப்பற்றி மிகவும் விஸ்தாரமான உபதேசங்கள் இருக்கின்றன. பரப்பிரஹ்ம ஸ்வரூபம், பரமேசுவர ஸ்வரூபம் இவைகளை அறியும் வழிகள், அடையும் உபாயங்கள் இவை போன்ற தத்துவங்களைப் போதிக்கும் சாஸ்திர விஷயங்களில் ஜகத்தின் ஸ்ருஷ்டிகாலம் முதல் இன்றைய வரையில் ஆராய்ச்சியாளரிடையே வாதப் பிரதிவாதங்களுக்கு எவ்விதம் ஒரு எல்லையோ முடிவோ இல்லையோ; அவ்விதமே ஆயுர்வேத ஆராய்ச்சியில் தோஷங்களைப்பற்றிய விஜ்ஞானத்திற்கு ஒரு எல்லையும் முடிவும் கிடையாது. கருத்தென்னவெனில், தோஷத்தைப்பற்றி ஞானமேற்படவில்லை, ஏற்படமுடியாதென்பதில்லை; அவ்வளவு விஸ்தாரமான விஷயம்; அவசியம் நன்கு அறியவேண்டிய விஷயம்; ஆராய்ச்சியாளர்களின் ஆழ்ந்த கவனத்தைக் கவரும் ஸ்வாரஸ்யமான சாஸ்திரப்பகுதி என்பதே.

KALIA BROTHERS

(REGD.)

MUSK & INDIAN DRUG MERCHANTS,
JULLUNDUR CITY, PUNJAB.

For Pure Musk, Saffron, Shilajit, Gorochanam, Real Pearls, Vamsa lochan, Ashtavargam, Pachakarpuram, Gold & Silver Leaves, Athivisha & All kinds of Himalayan Herbs and Drugs.

Price list & Catalogue Free on application.

We were awarded a Gold Medal Certificate for

MUSK & SAFFRON

by 39th All India Ayurvedic Congress,

KOTTAKKAL, MALABAR.

கலியா பிரதர்ஸ்

(ரிஜிஸ்டர்டு)

கஸ்தூரி, இந்தியமருந்து சரக்கு வியாபாரிகள்,
ஜலந்தர்ஸிடி, பஞ்சாப். (இந்தியா)

சுத்தமான உயர்ந்த ரககஸ்தூரி, குங்குமப்பூ, சிலாஜத், கோரோசனம், நல்முத்து, வம்சலோசனம் (மூங்கிலுப்பு), அஷ்டவர்கம், பச்சைக்கர்பூரம், தங்க வெள்ளி இலைகள், அதிவிடயம் மற்றும் நல்ல ஹிமாலய மருந்துச் சரக்குகள் எம்மிடம் கிடைக்கும்.

எங்கள் கஸ்தூரியும் குங்குமப்பூவும்

39-வது அகில இந்திய ஆயுர்வேத மஹாஸம்மேளனத்தில்

(கோட்டக்கல், மலபார்.)

தங்கமெடல் அத்தாக்ஷிப்பத்திரம் பெற்றவை.

கேட்லாக் விலை விபரத்திற்கு எழுதவும்.

KALIA BROS, *Musk Merchants,*
JULLUNDER CITY. (Punjab.)

விசேஷ அறிவிப்பு.

சாஸ்திர சர்ச்சா பரிஷத் கூட்டம்

தமிழ்நாடு ஆயுர்வேத மஹாமண்டலத்தின் சாஸ்திர சர்ச்சா பரிஷத் கூட்டம் 18—11—1954 வியாழன் முதல் மூன்று நாட்கள் கரூர் சக்தி விலாஸ வைத்யசாலையில் வைத்யவாசஸ்பதி ஸ்ரீ. P. S. ராமசர்மா அவர்கள் ஆதரவில் நடைபெறுகின்றது.

முன்னர் புதுக்கோட்டையில் நடந்த மஹாஸம்மேளனத்தின் போதும், பிறகு திரிதோஷமீமாம்ஸா என்ற தலைப்பில் துண்டுப் பிரசுரத்தின் மூலமும் மதுரை பண்டித ஸ்ரீ நாராயண அய்யங்கார் அவர்கள் அறிவித்துள்ள திரிதோஷ விஷயமான 'பிரச்னங்களை ஆதாரமாகக் கொண்டு சர்ச்சை நடைபெறும். எல்லா பிரபல ஆயுர்வேத வித்வான்களும் இதில் கலந்து கொள்வார்கள் என எதிர்பார்க்கப்படுகின்றது. சாஸ்திரீய விஷயமானதால், வாத விவாதங்கள் பிரதானமாக ஸம்ஸ்கிருதத்தில் இருக்கும். மற்ற விபரங்களைப்பற்றி மகா மண்டலப் பொதுக் காரியதர்சியிடமோ, ஸ்ரீ. ராமசர்மா அவர்களிடமோ தெரிந்து கொள்ளலாம். சாஸ்திர ஆராய்ச்சியில் அபிமானமுள்ளவர்களனைவரும் இதில் கலந்து கொள்ளுமாறு கேட்டுக் கொள்ளுகிறோம்.

திருச்சி

ஆயுர்வேதிக் யூனியன் லிமிடெட்

17, சின்னக்கடைத் தெரு,

தெப்பக்குளம் P. O. திருச்சிராப்பள்ளி.

வைத்தியர்களுக்கு

எல்லா சாஸ்திரீய மருந்துகளும் மிகக் குறைந்த விலைக்கு சப்ளை செய்யப்படும்.

விபரங்களுக்கு எழுதித் தெரிந்துகொள்ளவும்.